



USO RESPONSABLE Y CRÍTICO DE INTERNET Y DE LOS DISPOSITIVOS DIGITALES

Cátedra UNESCO de Comunicación y Valores Educativos
Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV / EHU)



USO RESPONSABLE Y CRÍTICO DE INTERNET Y DE LOS DISPOSITIVOS DIGITALES

Cátedra UNESCO de Comunicación y Valores Educativos
Universidad del País Vasco / Euskal Herriko Unibertsitatea (UPV / EHU)

USO RESPONSABLE Y CRÍTICO DE INTERNET Y DE LOS DISPOSITIVOS DIGITALES

Publicado en 2022 por la Cátedra UNESCO de Comunicación y Valores Educativos, Plaza Elhuyar, 2 / 20018 Donostia – San Sebastián

© Cátedra UNESCO de Comunicación y Valores Educativos 2022

© Sandra Liliana Cuervo Sánchez 2022

© Itxaro Etxague Goia 2022

© Ainize Foronda Rojo 2022



Esta publicación está disponible en acceso abierto bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 4.0 Internacional.

Los términos empleados en esta publicación y la presentación de los datos que en ella aparecen no implican toma alguna de posición de parte de la Cátedra UNESCO.

Diseño gráfico: Silvia López de Lacalle
Maquetación: Silvia López de Lacalle

Las autoras agradecen a Juan Ignacio Martínez de Morentin de Goñi (UPV/EHU) su dedicación y confianza en la elaboración de este material. Asimismo, nuestros sinceros agradecimientos a todas las personas que amablemente han contribuido en la elaboración de este material: María Concepción Medrano Samaniego (UPV/EHU), Arkaitz Lareki Arcos (UPV/EHU), Jon Altuna Urdin (UPV/EHU), Nere Amenabar Perurena (UPV/EHU), Elixabete Sáenz Arrizubieta (UPV/EHU), Fernando Fraga Varela (USC), Vanesa Pérez Torres (URJC), Katarzyna Mirgos (UG), Eleni Stergiopoulou (AMI) y Martín Santana (ISFODOSU).

Contenido

Perspectivas para educar en el uso responsable de Internet y de la tecnología digital _____ 5

1. Perspectivas que abordan la educación en el uso de Internet y de la tecnología digital _____ 5
2. Características de los recursos _____ 7
3. Formatos de divulgación y acceso _____ 8
4. Aspectos preliminares a la implementación de las sesiones _____ 9

Sesión 0: Impresiones sobre Internet y los dispositivos digitales _____ 14

Diagnóstico inicial _____ 14

Sesión 1: ¿Consumo tecnología o me consume? _____ 18

Dimensión: Hábitos de uso _____ 18

Sesión 2: Uso saludable de Internet _____ 26

Dimensión: Hábitos de uso _____ 26

Sesión 3: Legado digital _____ 35

Dimensión: Gestión de datos _____ 35

Sesión 4: Protege tus datos en redes _____ 41

Dimensión: Gestión de datos _____ 41

Sesión 5: Dieta mediática saludable _____ 51

Dimensión: Contenidos y Descargas _____ 51

Sesión 6: Rayos X a los contenidos en redes _____ 60

Dimensión: Contenidos y Descargas _____ 60

Sesión 7: Miradas que matan _____ 76

Dimensión: Publicaciones _____ 76

Sesión 8: Brújula de valores _____ 92

Dimensión: Publicaciones _____ 92

Sesión 9: Navega a conciencia _____ 100

Dimensión Publicaciones _____ 100

Sesión 10: Dime cómo te expresas en la red _____ 112

Dimensión: Relaciones _____ 112

Sesión 11: Hasta que la dignidad se haga costumbre _____ 127

Dimensión: Relaciones _____ 127

Sesión 12: Lo que de verdad importa _____ 140

Diagnóstico final _____ 140

Evaluación _____ 142

Evaluación para cada sesión _____ 142

Perspectivas para educar en el uso responsable de Internet y de la tecnología digital



1. Perspectivas que abordan la educación en el uso de Internet y de la tecnología digital
2. Características de los recursos
3. Formatos de divulgación y acceso
4. Aspectos preliminares a la implementación de las sesiones

1. Perspectivas que abordan la educación en el uso de Internet y de la tecnología digital

La educación en el uso de la tecnología es una temática que se aborda desde diferentes organizaciones, de carácter público, privado, nacional e internacional, con una variedad de ámbitos de interés como lo son: la educación, la infancia y la juventud, la seguridad y la protección, los derechos digitales y los servicios de telecomunicación.

Sin embargo, centrandó la mirada en las organizaciones y experiencias que se especializan en la educación en medios de comunicación, información y desarrollo de las competencias digitales, es posible identificar, por lo menos, dos grandes enfoques educativos sobre el uso responsable de Internet y de los dispositivos digitales. Por un lado, está la perspectiva de la prevención en el uso y en las conductas de riesgo, dentro del marco de la protección de la infancia; y, por otro lado, una perspectiva del consumo crítico



de la información y la tecnología, enmarcado en la defensa de los derechos digitales de la infancia y la juventud.

Las temáticas que se suelen abordar desde las perspectivas de **prevención de conductas de riesgo** están asociadas a: recomendaciones y pautas sobre la protección de los dispositivos; gestión y actualización de contraseñas; utilización de antivirus; la identificación de contenidos inapropiados, peligrosos y fuentes poco fiables; prevención de fraudes y engaños; buenas conductas, respeto y empatía en las publicaciones en red; y pautas para controlar el uso excesivo de dispositivos y de aplicaciones. En otras palabras, gestión de la privacidad, riesgos en Internet, identidad digital y uso responsable de la tecnología.

Desde este enfoque, los objetivos educativos están orientados al desarrollo de habilidades que le permitan a la ciudadanía contrarrestar y confrontar los riesgos que se encuentran en Internet y en el uso abusivo de la tecnología digital. Es decir, se educa desde la protección

y la prevención. Se otorgan reglas y herramientas a modo de cortafuegos para minimizar el riesgo.

Desde la perspectiva de **consumo crítico de los medios**, se abordan temáticas relacionadas con el sentido de los procesos comunicativos y el papel de la tecnología en la vida de las personas. En otras palabras, se cuestiona por la calidad, la confianza, la industria y los efectos de los medios de comunicación y la tecnología en la sociedad (privacidad, captación on-line, incitación al odio, ciberacoso). Desde este enfoque, se prepara a las personas para que tomen decisiones seguras y responsables sobre los contenidos, los contactos, las conductas y los contratos que establezca como consumidores y ciudadanos y ciudadanas. Esta propuesta, denominada *las 4Cs*, ha estado liderada por Sonia Livingstone (2021)¹ en el Reino Unido. Así mismo, se plantea que la tecnología en comunicación debe promover la privacidad, la salud y el trato justo de todas las personas. Así como ayudar a que las personas aprendan a reconocer y gestionar el riesgo, lo que

¹ Livingstone, S., & Stoilova, M. (2021). *The 4Cs: Classifying Online Risk to Children*. (CO:RE Short Report Series on Key Topics). Hamburg: Leibniz-Institut für Medienforschung | Hans-Bredow-Institut (HBI); CO:RE – Children Online: Research and Evidence. <https://doi.org/10.21241/ssoar.71817>



denominan resiliencia digital. La resiliencia digital se basa en cuatro conceptos:

1. Comprender cuándo se está en riesgo
2. Saber qué hacer
3. Aprender de las experiencias
4. Tener el apoyo adecuado para recuperarse de una mala o dañina experiencia

Desde este enfoque, los derechos digitales y los entornos digitales seguros cobran protagonismo por encima de la idea de minimizar los riesgos en Internet. Por ello, la propuesta que se presenta con estos materiales educativos, aborda las dimensiones del uso responsable y crítico de Internet y de los dispositivos digitales desde una perspectiva holística de cinco dimensiones: *Hábitos de uso, Gestión de datos, Contenidos y descargas, Publicaciones y Relaciones*. Cada una de estas cinco dimensiones se define por actividades relacionadas con la prevención y con el consumo crítico de Internet y de los dispositivos digitales (ver figura 1). Los objetivos de las sesiones responden a tres perspectivas: la

primera, un conjunto de *10 buenas prácticas en la red* de la Diputación Foral de Gipuzkoa (Comunidad Autónoma Vasca); la segunda, la *Competencia mediática e Informativa de la UNESCO* (con sus siglas en inglés MIL); y, la tercera, el *Marco europeo de competencias digitales DIGCOMP 2.1*.

2. Características de los recursos

La temática de prevención en el uso de los medios de comunicación, Internet y dispositivos digitales, así como la promoción de buenas prácticas, cuenta con una amplia gama de materiales educativos y de divulgación que pueden ser trabajados en los ámbitos de la educación formal y no formal.

Los materiales que desarrollan **el enfoque de prevención de riesgo y promoción del uso responsable de Internet**, se caracterizan por construir baterías de indicaciones y normas. Son comunes los decálogos de buenas conductas, pautas y



contratos entre progenitores e hijos e hijas para racionar y hacer buen uso de Internet y de los dispositivos. Estos materiales suelen contar con un desglose de las temáticas en vídeos, posters y actividades para auto-identificar los hábitos de uso. Así mismo, se cuenta con recursos para que los tutores (los y las educadoras o padres y madres) puedan identificar malas prácticas en la escuela, grupo o familia, como por ejemplo los materiales para identificar el ciberacoso. Con la pandemia del COVID-19 y el uso excesivo de los dispositivos e Internet, también se han elaborado recursos para abordar el uso abusivo de la tecnología, aprender a estar desconectados y promover hábitos de vida saludable.

Los materiales desde **el enfoque del consumo crítico de los medios**, se caracterizan por un enfoque inductivo del aprendizaje. De ahí que las temáticas se aborden sobre preguntas que permitan a los y las participantes responder sobre el papel de los medios de comunicación e Internet en sus vidas. Se mantiene las preguntas claves sobre las fuentes de la in-

formación, el uso del lenguaje para captar la atención, las ideologías que reproducen, los intereses que se transmiten y/o la reproducción social. Estas preguntas se aplican a contenidos, dispositivos, aplicaciones y formatos. Estos recursos suelen partir de historias de vida, secuencias de películas o discusiones sobre problemáticas más amplias como la cultura juvenil, los discursos de odio, etc. Dichos materiales están dirigidos al ámbito de la educación, y en menor medida al de la familia. Igualmente, suelen ser parte de materiales que abordan la educación mediática e informacional y la ciudadanía digital.

3. Formatos de divulgación y acceso

En la mayoría de los casos, los materiales están publicados en línea, en páginas web institucionales, con facilidades para ser descargados y trabajados off-line. De hecho, muchos de los recursos son campañas de divulgación que es-



tán diseñadas para que se puedan publicar en las escuelas y centros públicos. Destacan en este caso los posters que pueden ser utilizados en el aula como en espacios públicos, así como las presentaciones con diapositivas.

Existe también una amplia variedad de vídeos animados que explican los diferentes riesgos y las pautas de actuación, así como historietas y comics. Igualmente, están publicados juegos basados en preguntas y respuestas (*escape room*) y juegos que abordan la temática partiendo del esquema de juegos de mesa como «la oca». También, se han publicado materiales más complejos, a modo de texto, con artículos que contextualizan la temática, orientaciones para la discusión y hojas de trabajo para el aula.

En la mayoría de los casos, las actividades están orientadas para ser trabajadas con los pre-adolescentes, adolescentes y jóvenes. Es decir, que la adolescencia y la juventud son el foco de interés de estos recursos. De ahí que las actividades trabajen aspectos de la

inmadurez emocional, la consolidación de la amistad y/o la consecución de la identidad.

4. Aspectos preliminares a la implementación de las sesiones

Las sesiones que se presentan a continuación pretenden trabajar el uso responsable y crítico de Internet y de los dispositivos digitales desde una perspectiva educativa del desarrollo del pensamiento crítico. De este modo, la mayoría de las actividades buscan que los y las participantes reflexionen sobre sus propias prácticas y, a partir de ello, identifiquen las consecuencias que tiene para su bienestar físico y emocional, como para la construcción de una sociedad democrática e igualitaria.

Así mismo, las actividades están diseñadas para fomentar el aprendizaje colaborativo y la construcción colectiva del conocimiento. De ahí que las y los educadores puedan encontrar diferentes



propuestas para debatir y consensuar ideas, conceptos y principios. De igual manera, las actividades buscan un compromiso de los y las participantes con la transformación de su realidad a partir de la comunicación; por ello, en las sesiones se encuentran ejercicios de introspección que finalizan con un compromiso al cambio desde cada persona, pero vistas en la comunidad.

Las sesiones están dirigidas a grupos de educación formal y no formal en edades entre los 12 y 17 años. En el texto se habla del o la educadora y alumnado para distinguir entre las indicaciones para las personas que orientan las actividades y para los y las participantes de las mismas.

El o la educadora cuenta en total con 13 sesiones para desarrollar en un tiempo estimado de 50 minutos cada sesión. En todas las sesiones se plantean tres actividades, cada una de ellas entre 10 y 20 minutos. En todo caso, los tiempos son orientativos y dependerán de las habilidades, necesidades y aptitudes de los grupos. Así mismo,

entendiendo la rapidez de los cambios en la tecnología y las tendencias, los ejemplos, las imágenes y los recursos pueden ser actualizados y contextualizados por quienes apliquen este material. Dichas actualizaciones, no deberían implicar, necesariamente, elaborar nuevas reflexiones o preguntas.

De mismo modo, el o la educadora dispone de una descripción detallada de las actividades, de los recursos necesarios para su desarrollo y de unas recomendaciones generales para su implementación. Igualmente, cada actividad está señalada con un icono en el cual indica si la actividad es individual, por parejas, por grupos o con todo el alumnado, como se observa en el siguiente recuadro.

ICONOS DE LAS ACTIVIDADES

-  INDIVIDUAL
-  POR PAREJAS
-  POR GRUPOS
-  TODO EL ALUMNADO



Cada sesión cuenta con recursos para el o la educadora denominados *Ficha del o la Educadora* y actividades para que desarrollen los y las participantes denominada *Ficha Alumnado*. Dichos recursos aparecen al finalizar la descripción de cada sesión, siguiendo el orden de las actividades. Entre todas las sesiones existe una cohesión por la temática y por las actividades; sin embargo, puede desarrollarse cada sesión de manera individual, sin seguir la secuencia que se plantea. Al finalizar cada sesión, el o la educadora puede realizar una actividad de evaluación. En ella se valoran los aspectos metodológicos, cognitivos y axiológicos alcanzados con las sesiones, a modo de reflexión introspectiva.

USO RESPONSABLE Y CRÍTICO DE INTERNET Y DE LOS DISPOSITIVOS DIGITALES

HÁBITOS DE USO:

Tiempo y tipo de uso

	Contenidos
Prevención	Tiempos de uso, desconexión
Consumo Crítico	Principio <i>On-life</i> vida saludable Cibercultura

GESTIÓN DE DATOS:

Calidad de la información que se ofrece /se publica. Mecanismos de protección

	Contenidos
Prevención	Huella digital-mecanismos de seguridad
Consumo Crítico	Dilema de la confianza, mercado información

CONTENIDOS Y DESCARGAS:

Calidad de la información y aplicaciones a la que se accede

	Contenidos
Prevención	Evaluación de la información
Consumo Crítico	Ética y moral del acceso a la información

PUBLICACIONES:

Información que se distribuye o crea

	Contenidos
Prevención	Prácticas de riesgo, autorregulación
Consumo Crítico	Discurso de odio, construcción de la identidad a través de los medios

RELACIONES:

Tipo y características de la socialización en Internet

	Contenidos
Prevención	Riesgos en Internet, <i>netiquette</i>
Consumo Crítico	Entornos seguros y resiliencia

Figura 1

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large, rounded orange shape in the top right; a yellow triangle on the left; a yellow circle on the right; a blue circle at the bottom; and a blue triangle on the right. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 0

Impresiones sobre
Internet y los
dispositivos
digitales

SESIÓN 0: Impresiones sobre Internet y los dispositivos digitales

Diagnóstico inicial

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos y gustos con respeto y responsabilidad (Buenas prácticas).
- Reflexionar sobre los contenidos y actuar en consonancia con lo aprendido (MIL).
- Evaluar datos, información y contenidos digitales (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora hace una breve introducción en donde sitúa la importancia del uso de Internet y de los dispositivos digitales en nuestras vidas cotidianas. Podría utilizar el vídeo de *Redes sociales e Internet | Adolescentes | UNICEF Uruguay*.

Tiempo: 5 minutos

Recurso: <https://youtu.be/QAznt1y3MWs> (2'27'')

Edad preferente: 15-17



2. El o la educadora organiza cuatro grupos y explica que se va a realizar un trabajo de explicación de ideas sobre Internet y los dispositivos digitales. Para ello, en cada grupo dialogarán en base al inicio de una oración escrita en cada uno de los 4 papel-mural que estarán visibles en paredes de la sala y que el alumnado deberá completar

en siete minutos. Es decir, cada grupo responderá un papel-mural en siete minutos y rotará al siguiente. Todos y todas las participantes han de escribir algo en cada uno de los papel-mural.

Tiempo: 30 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora I





3. Dinamizado por el o la educadora, y situado al alumnado en un círculo o semi círculo amplio en torno a los papel-mural, se lee en voz alta las continuaciones de las oraciones y se dialoga sobre los significados, implicaciones y consecuencias de esas afirmaciones. El o la educadora procurará sacar

conclusiones que se proyecten hacia contenidos que podrán ser abordados en futuras sesiones, con el objetivo de crear expectativa y una predisposición favorable hacia ellas.

Tiempo: 15 minutos

Recursos: Ficha del o la Educadora I



Recomendaciones para el o la educadora

El objetivo de fondo de esta sesión diagnóstica es detectar centros de especial interés o motivación para los y las participantes en referencia a los usos de Internet y los dispositivos digitales. Es decir, permitir la expresión de las competencias y preferencias previas sobre el tema. Para ello se sugiere partir de un planteamiento de la importancia de Internet y los dispositivos digitales en nuestras vidas actuales cotidianas y desde ahí favorecer un clima de confianza que favorezca la expresión de las preferencias y competencias de uso de Internet y los dispositivos digitales auto percibidas por quienes participarán en el programa de intervención.

Una idea clave que sería interesante poder sugerir es que, por lo general, la ciudadanía, y en particular la juventud, cree tener una competencia mediática y digital superior a la que realmente poseen (Hobbs, 2017)². Es por ello que es importante el mantener una actitud atenta, auto crítica, crítica y proactiva respecto al propio uso de Internet y los dispositivos digitales.

²Hobbs, R. (2017). Measuring the digital and media literacy competencies of children and teens. En F.C. Blumberg y P.J. Brooks, (Eds.) *Cognitive development in digital contexts* (pp. 253-274). Academic Press.

FICHA DEL O LA EDUCADORA I

IMPRESIONES SOBRE INTERNET Y LOS DISPOSITIVOS DIGITALES

Lo que más me gusta de Internet y de los dispositivos digitales es...

- ✓ *que puedo comunicarme con familia y amistades muy lejanas en tiempo real*
- ✓ ...

Lo que menos me gusta de Internet y de los dispositivos digitales es...

- ✓ *que ciertas personas los utilizan para insultar o hablar mal de otras personas*
- ✓ *que se comparten muchas noticias falsas*

Sueño con un Internet y unos dispositivos digitales ...

- ✓ *en los que las empresas y personas que los fabrican y controlan tengan principios éticos y promuevan la justicia y la equidad*
- ✓ ...

Un consejo que te doy respecto al uso de Internet y de los dispositivos digitales...

- ✓ *pasa la información consultada por las tres rejas antes de compartir*
- ✓ ...



Sesión 1

¿Consumo
tecnología o me
consume?

SESIÓN 1: ¿Consumo tecnología o me consume?

Dimensión: Hábitos de uso

Objetivos:

- Identificar el tiempo que se dedica a las TIC (Buenas prácticas).
- Ser capaz de evitar riesgos para la salud y amenazas para el bienestar físico y psicológico utilizando tecnologías digitales (MIL).
- Incorporar hábitos saludables en el uso de la tecnología en su rutina (DigComp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora entrega al alumnado la Ficha Alumnado 1 para que de manera individual complete la información sobre los hábitos de uso de la tecnología en su rutina diaria.

Tiempo: 10 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 1

Edad preferente: 12-14



2. Al terminar, presentar la Ficha del o la Educadora II sobre una caricatura de la dependencia al móvil. Debatir en grupo sobre las preguntas que aparecen como sugerencia debajo de la caricatura.

Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha de o la Educadora II

Edad preferente: 12-14





3. Presentar al grupo la infografía de la Ficha del o la Educadora III *Hábitos saludables en el uso de dispositivos digitales* y, en parejas, completar la Ficha Alumnado 2.

Tiempo: 20 minutos

Recursos: Ficha del o la Educadora III, Ficha Alumnado 2

Edad preferente: 15-17



Recomendaciones para el o la educadora

Esta sesión está orientada a que el alumnado pueda identificar sus propios hábitos de uso y consumo de Internet y tecnología digital. Por ello, es importante que el o la educadora oriente al participante a responder con sinceridad. Así mismo, es fundamental hacer hincapié en la importancia de identificar las diferencias existentes entre las recomendaciones de uso apropiado de la tecnología y sus propios hábitos. Igualmente, subrayamos la relevancia del desarrollo de actividades en las que se prescindiera de los dispositivos digitales.

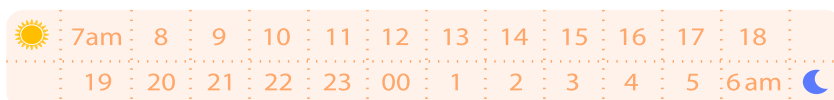
Fomentar la idea de un uso proactivo (en función de mis objetivos personales y profesionales) de los dispositivos frente a una interacción en la que los medios, tecnologías y dispositivos «me consumen».

FICHA ALUMNADO 1

- I. En la siguiente tabla, al frente de actividad, escribe las apps, plataformas o programas que utilizas en tus rutinas diarias. Calcula el tiempo de uso, y finalmente, escribe una alternativa que no implique ni Internet, ni *smartphone*, ni *tablet*, ni ordenador o portátil para realizar dichas actividades.

Actividad	APPS	Tiempo	Alternativa
Para despertarte			
Para compartir con tu familia			
Para salir a caminar o dar un paseo			
Durante las comidas			
Durante los desplazamientos en transporte			
En la escuela y mientras estudias			
Mientras haces deporte			
Mientras estás con los amigos y amigas			
Para informarte y entretenerte			
Para ir a la cama y mientras duermes			

- II. ¿Cuántas apps utilizas en tu rutina diaria? _____
- III. ¿Cuánto tiempo, aproximadamente, utilizas los dispositivos digitales al día? _____
- IV. Colorea las horas del día en las que utilizas las aplicaciones y/o dispositivos digitales.



FICHA DEL O LA EDUCADORA II

EN TU MENTE:



EN LA REALIDAD:



Versión de la ilustración de Manu Cornet. (2012). *Mobile Relationship*. CC BY-SA 3.0

- I. ¿Alguna vez te has sentido identificado con el protagonista de la caricatura? ¿Identificas alguna persona de tu entorno con esa situación?
- II. ¿Para qué utilizas el móvil? ¿Crees que haces un uso equilibrado y responsable o hay aspectos en los que mejorar?
- III. ¿Qué consecuencias crees que puede tener en tu salud y bienestar un uso excesivo del móvil?
- IV. ¿Cuáles crees que son los riesgos de un excesivo uso de los dispositivos digitales y cómo podemos evitarlos?

FICHA DEL O LA EDUCADORA III

HÁBITOS SALUDABLES EN EL USO DE DISPOSITIVOS DIGITALES



(Des)conecta

Realiza actividades sin utilizar ningún tipo de pantalla. Procura no pasar más de dos horas diarias con dispositivos digitales. Guarda tiempo para estar sin pantalla alguna.

Cuida de tus relaciones personales

La vida real ocurre fuera de las pantallas. Cuida de tus relaciones personales: pasa más tiempo con tus seres queridos fuera de las pantallas.



Pasa más tiempo al aire libre

Disfruta de la naturaleza y del aire libre: juega, baila, pasea, corre. Reduce el estrés y aumenta nuestra vitalidad.

Duerme sin tener pantallas al lado

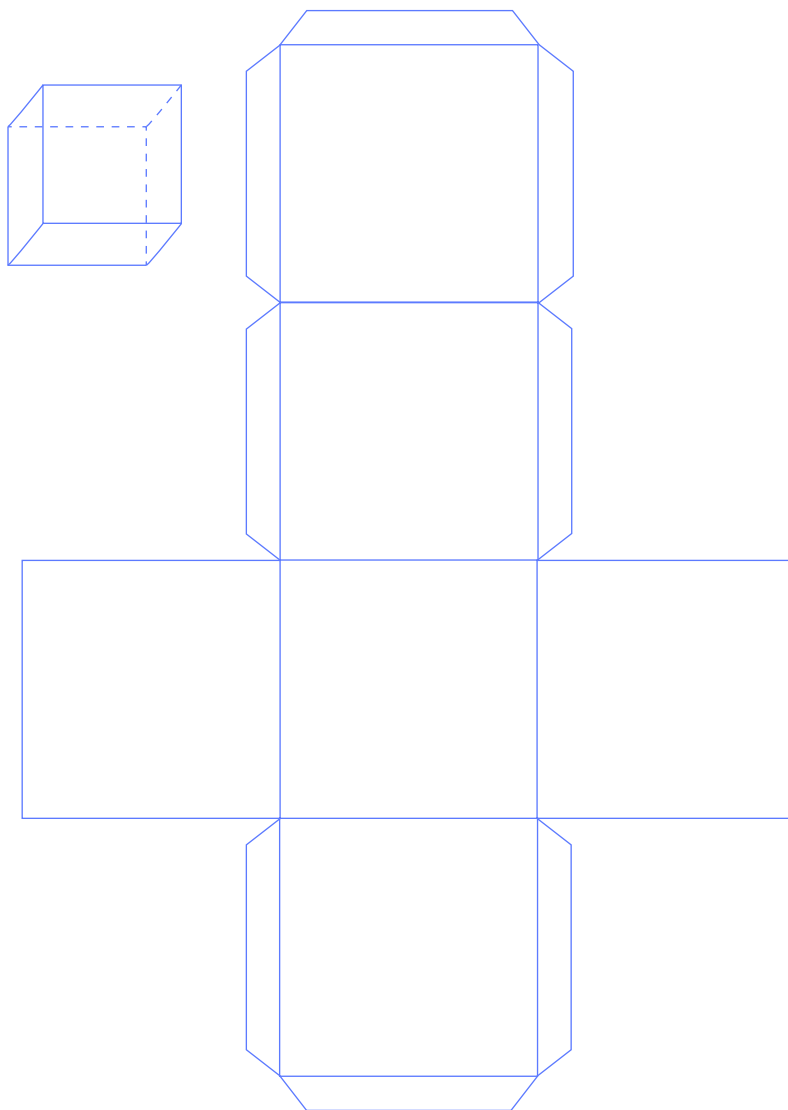
Evita las pantallas antes de dormir. La exposición a la iluminación de las pantallas puede afectar negativamente a la calidad del sueño.



Elaboración propia

FICHA ALUMNADO 2

- I. ¿Cuántas horas de diferencia encuentras entre las recomendadas y el uso que haces de la tecnología?
- II. De las recomendaciones, ¿cuáles te gustaría incorporar a tu rutina diaria?
- III. Con ayuda de otro u otra compañera, diseña una rutina de uso responsable de la tecnología. A modo de tótem, describe los elementos de tu rutina en cada una de las caras del cubo recortable. Puedes pintarlas con colores, crear un personaje y utilizar varios cubos.





SOLUCIONARIO - FICHA ALUMNADO 2

Pieza para tótem - EJEMPLO -



The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large, rounded orange shape in the top right; a yellow triangle on the left; a yellow circle on the right; a blue circle at the bottom; and a blue triangle on the right. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 2

Uso saludable de Internet

SESIÓN 2: Uso saludable de Internet

Dimensión: Hábitos de uso

Objetivos:

- Autorregular el tiempo que se dedica a las TIC (Buenas Prácticas).
- Identificar la industria mediática de las apps (MIL).
- Ser capaz de evitar riesgos para la salud y amenazas para el bienestar físico y psicológico utilizando tecnologías digitales (DigComp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora presenta la Ficha del o la Educadora IV sobre las aplicaciones más descargadas en el 2021 y dirige un pequeño debate a partir de las preguntas que se sugieren en la ficha.

Tiempo: 15 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora IV

Edad preferente: 15-17 años



2. Se entrega a cada alumno y alumna la Ficha Alumnado 3 sobre las conductas adictivas al móvil. Se pide que conteste el test de manera sincera y recordando que las respuestas son anónimas. El o la educadora recoge todas las fichas para la siguiente actividad.

Tiempo: 10 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 3

Edad preferente: 12-14 años





3. El o la educadora lee el texto sobre el papel de la dopamina en las redes sociales que aparece en la Ficha del o la Educadora V. Entrega, al azar, a cada participante una de las Fichas del Alumnado 3 que han sido previamente trabajadas, verificando que todos tengan una ficha diferente a la rellenada por ellos mismos.

A cada grupo, se le entrega una Ficha Alumnado 4 para que realicen las siguientes actividades.

- Debajo del saxofón, escribir los elementos que observan en común entre las respuestas del test (Alumnado 3) y la información de la nota de prensa.
- Debajo de la persona que canta, escribir las razones por las cuales creen que se encuentran esos puntos en común.

- Debajo de la guitarra, escribir las consecuencias que esos aspectos tienen en común para la salud física y psicológica de las personas y para el desarrollo adecuado de la democracia.
- Debajo de la batería, escribir cómo podría fomentarse el uso responsable y adecuado de la tecnología en la vida cotidiana.

Cada grupo debe organizar las respuestas y presentar al grupo general su trabajo. Al terminar las presentaciones, se puede debatir con todo el grupo las respuestas.

Tiempo: 25 minutos

Recursos: Ficha Alumnado 3 cumplimentada por otra persona, Ficha Alumnado 4, Ficha del o la educadora V.

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión se pretende que el alumnado pueda reflexionar sobre cómo el uso de la tecnología está asociado con una industria mediática. De esta manera, no es casualidad que las personas consuman más unas aplicaciones que otras, y que se hable del uso problemático de Internet y los dispositivos móviles. En la primera sesión se buscaba una escucha de sí mismos y mismas a partir de la reflexión de sus hábitos.

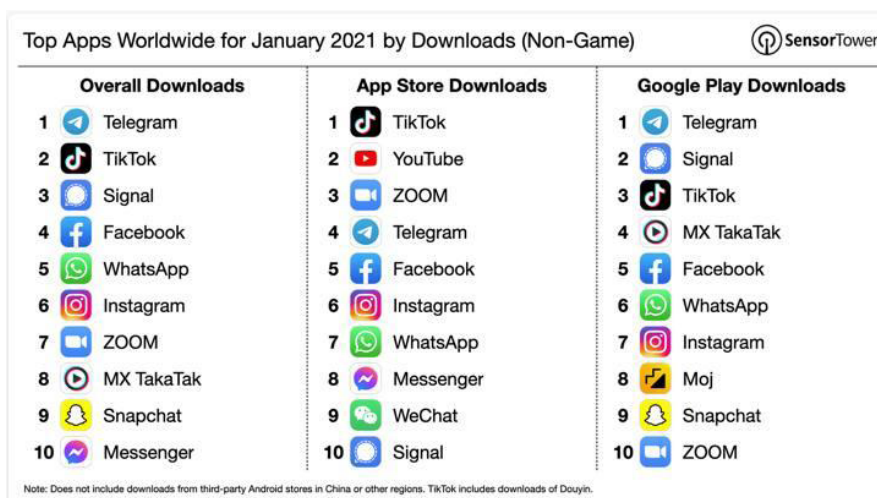


En esta sesión el propósito es que sean conscientes de cómo «bailan al ritmo de otros», es decir, que sus hábitos también están relacionados con una estrategia de marketing y orientación al consumo permanente.

Así mismo, en esta sesión se busca que el alumnado pueda inferir cómo existe un mercado de datos poco perceptible en la política de privacidad de las aplicaciones que aceptamos. Por ello, recomendamos hacer hincapié en la diferencia existente entre los datos a los que acceden las aplicaciones y su relación con su popularidad y fortaleza financiera. Igualmente, que la supuesta gratuidad de las aplicaciones está asociada a que el usuario es el producto.

FICHA DEL O LA EDUCADORA IV

Aplicaciones más descargadas en el año 2021



- ¿Cómo captan el interés de los y las usuarias? ¿Qué tipo de notificaciones utilizan para que entremos en ellas constantemente?
- ¿Crees que esas estrategias pueden tener efectos sobre la salud mental y física de las personas?
- ¿Cuánto dinero pagas por las aplicaciones que utilizas? ¿Cómo obtienen rentabilidad?
- ¿Qué intereses tienen sobre las aplicaciones y lo que hacemos con ellas? ¿Crees que esas aplicaciones pueden incidir en las decisiones políticas, sociales y económicas de un país? ¿Por qué?

FICHA ALUMNADO 3

Test sobre conductas adictivas al móvil elaborado por Red Nacional de Apoyo y Soluciones para Adicciones de España (2022)

	Nada de acuerdo	Poco de acuerdo	Algo de acuerdo	Muy de acuerdo
Me siento solo o sola cuando me olvido el móvil en casa				
Me desvelo por la noche <i>whatsappeando</i>				
Soy bastante regular para dormirme y evito navegar de noche por Internet				
Miro el WhatsApp solo en algunos momentos del día, aunque esté recibiendo mensajes				
Procuro llevar el móvil conmigo siempre, en todo momento				
Si estoy en un lugar sin cobertura, me siento nervioso o nerviosa				
Cuando entro en casa, dejo el móvil en un sitio, no lo llevo conmigo todo el tiempo				
Cuando me quedo sin batería en el móvil me siento incómodo o incómoda; llego a sentirme mal				
Por la mañana no suelo mirar el móvil, a menos que me llame alguien				
Cuando estudio o trabajo, el móvil lo dejo en silencio total, incluso lo apago para que no me interrumpen				
Cuando el móvil está en silencio o apagado, siento cierta ansiedad				
Puedo pasar un día entero sin el móvil sin sentir sensación de vacío o nerviosismo				

FICHA DEL O LA EDUCADORA V

La necesidad de recibir *likes* y la adicción a las redes sociales: el papel de la dopamina

¿Alguna vez has publicado una foto, un poema, un simple pensamiento, en una red social y luego te pasas horas comprobando, de modo casi compulsivo, si llegan comentarios y «me gusta»?

¿Quién no se siente mejor cuando una foto suya recibe 70, 80, o 100 «me gusta» o, por el contrario, se desanima si no tiene mucho éxito?

Sentir placer por la aprobación de los demás es un fenómeno normal (cuando no se llega a idolatrar la estima del otro hasta perder la propia identidad): sentirse apoyado y estimado es una necesidad inherente a nuestra naturaleza.

¿Por qué somos tan sensibles a la aprobación ajena?

La respuesta está en parte en la química: el cerebro, de hecho, libera dopamina, la llamada hormona del placer y de la recompensa, cada vez que recibimos gratificaciones.

La dopamina es el neurotransmisor que interviene en los mecanismos de recompensa de nuestro cuerpo.

Cuando recibimos estímulos positivos (por ejemplo, comer nuestra comida favorita, escuchar buena música, refrescarnos en la piscina, etc.), el cuerpo libera esta hormona, transmitiendo una sensación de bienestar.

La dopamina también afecta a nuestra relación con las redes sociales: cuando alguien muestra interés en algo que hemos publicado, lo que obtenemos de él, de hecho, genera una sensación de placer.

Sin embargo, este proceso, que en sí mismo es bastante natural, puede desencadenarse artificialmente (por ejemplo, tomando drogas) o quedar fuera del control de la razón (cuando, por ejemplo, se juega de modo compulsivo): en estos casos, hay dependencias.

Adicción social

La adicción es siempre un mecanismo de compensación, que surge de una necesidad natural de gratificación, que no se ha satisfecho en el momento adecuado y de la manera correcta.

La dopamina juega un papel clave en el desarrollo de adicciones a las drogas, al alcohol, al juego, a la pornografía... y también a las redes sociales.

Está científicamente probado que incluso estas plataformas virtuales pueden ser adictivas.

Un estudio de 2014 muestra, por ejemplo, que el 4,4 % de los adolescentes europeos sufren una forma de adicción a una red social o a la web en general.

FICHA DEL O LA EDUCADORA V

Los propios mecanismos de las redes sociales (basados en *likes*, acciones, comentarios, seguidores) favorecen que nos quedemos «pegados a la pantalla» y nos llevan a pasar más tiempo en la plaza virtual.

Quedarse enganchado (a veces un poco más de lo razonable) por una red social sucede con bastante frecuencia (yo también tengo que levantar la mano).

Desde hoy, sabemos que tenemos que culpar en parte a la dopamina. Además, a la dopamina hay que agregar las tendencias humanas equivocadas, como reconoce el fundador de LinkedIn, Reid Hoffman: «Las redes sociales funcionan cuando representan uno de los siete pecados capitales». Y, sin rodeos, agregó: «LinkedIn responde a la codicia. Facebook, a la vanidad». O sea, los viejos pecados capitales: ya hemos hablado de su relación con las redes sociales.

¿Cómo se activa?

Un artículo (en italiano) explica que el mecanismo es bastante simple: comienza en el mismo momento en que compartes algo (foto, vídeo, imagen, pensamiento).

Si se recibe «me gusta», el cerebro interpreta esa información como una recompensa y libera una descarga de dopamina. Este evento agradable nos lleva a repetirlo: compartes otros contenidos y esperas, pegado a la pantalla, nuevas reacciones.

En una adicción confirmada a las redes sociales, el bucle continúa potencialmente de modo indefinido, absorbiendo energías que deberían gastarse en la vida real.

Cuando te das cuenta de que estás esclavizado por una dependencia de las redes sociales, no deberías avergonzarte de pedir ayuda –de hecho, hacerlo es un signo de valor, fuerza, madurez–, como lo harías con cualquier otra adicción.

Si tenemos una actitud compulsiva, si no podemos llevar una vida normal, si quitamos demasiado tiempo al trabajo, a las amistades, a la familia, a las tareas domésticas u otras actividades no virtuales, solo para esperar nuevos «me gusta» y comentarios, es hora de abordar este problema, no solo para cortar la adicción, sino para entender lo que la generó.

De hecho, «la adicción es siempre el síntoma de una herida más profunda que necesita ser curado».

<https://familyandmedia.eu/es/educacion-media/la-necesidad-de-recibir-likes-y-la-adiccion-a-las-redes-sociales-el-papel-de-la-dopamina/>

FICHA ALUMNADO 4

¿A qué ritmo bailas en la web?



Four vertical dotted lines are positioned on a light orange background, serving as guides for writing answers. Each dotted line is centered under one of the four musicians in the illustration above.

- Debajo del saxofón, escribir los elementos que observan en común entre las respuestas del test y la información de la nota de prensa.
- Debajo de la persona que canta, escribir las razones por las cuales creen se encuentran esos puntos en común.
- Debajo de la guitarra, escribir las consecuencias que esos aspectos en común tienen para la salud física, psicológica de las personas y para el desarrollo adecuado de la democracia.
- Debajo de la batería, escribir cómo podría fomentarse el uso responsable y adecuado de la tecnología en la vida cotidiana.

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large orange rounded rectangle in the top right; a yellow triangle on the left side; a yellow circle on the right side; a blue circle at the bottom; and a blue triangle at the top right. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 3

Legado digital

SESIÓN 3: Legado digital

Dimensión: Gestión de datos

Objetivos:

- Proteger la identidad y el uso de la información confidencial (Buenas prácticas).
- Realizar un seguimiento de su propia huella digital (DigComp).
- Ser capaz de construir un perfil que beneficie sus necesidades. (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora entrega a cada persona la Ficha Alumnado 5. Pide que se organicen en parejas y que completen la información sobre la otra persona que aparece en la ficha. Para ello debe navegar en Internet y sus redes sociales. En parejas

deben responder las preguntas que se sugieren al final de la ficha.

Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 5

Edad preferente: 12-14 años



2. El o la educadora pide a los y las participantes hacer, en el grupo general, un debate a partir de las preguntas que se sugieren en la Ficha del o la Educadora VI sobre el nivel de coherencia entre la imagen de Internet y la imagen en la vida real.

Tiempo: 15 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora VI

Edad preferente: 12-14 años





3. Entregar a cada persona la Ficha Alumnado 6 para que la realice de manera individual, sobre su identidad digital en Internet. Sugerir que sea un trabajo de autorreflexión en un ambiente que invite a la introspección, que pueden terminar en casa.

Tiempo: 15 minutos

Recursos: Ficha Alumnado 6

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión es importante que los y las participantes confronten la imagen que han construido en Internet con la imagen que tiene en su realidad off-line. Así mismo, que sean conscientes de la cantidad de información que está a disposición del público y cómo sus prácticas de auto-presentación en las redes contribuyen de manera positiva y/o negativa a la construcción de su identidad, propia de la adolescencia.

Que puedan identificar por sí mismos y mismas el rastro que dejan en Internet y cómo ello influye en su vida.

FICHA ALUMNADO 5

- En 1887 Arthur Conan Doyle creó el personaje ficticio de Sherlock Holmes. Con otra persona de clase, ponte en modo Sherlock Holmes y busca los rastros que hay de ella en Internet y en alguna de las redes sociales que utiliza.

¿Sabías que *egosurfing* (buscar información sobre sí mismo en Internet) es una práctica recomendada para proteger nuestra privacidad en la red? ¡Así que *Let's Google it!*

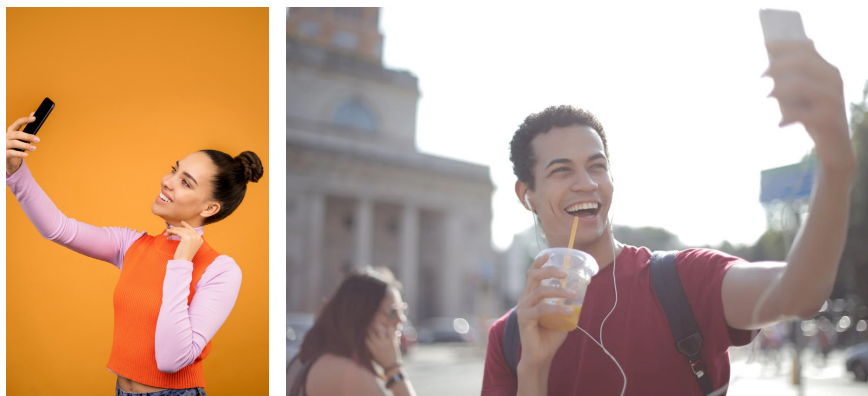
Algunas ideas que puedes intentar verificar del perfil:

DATOS	RESPUESTAS
Nombre	
Apellidos	
Dirección	
Fecha de nacimiento o cumpleaños	
Centro educativo	
Personas con las que vive	
Familiares más cercanos	
Amigos y amigas con los que más comparte	
Lugares que frecuenta	
Equipos deportivos que sigue	
Aficiones y gustos	
Juegos	
Qué piensa de la actualidad	

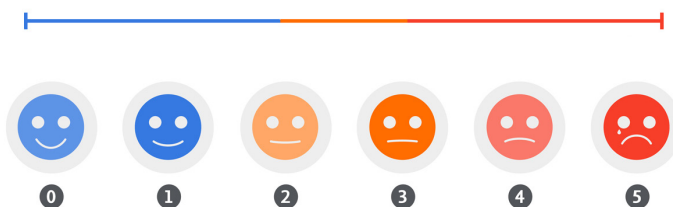
- Después de realizar la búsqueda y completar la información responder a las siguientes preguntas.**
 - ¿Qué es lo que muestras en la red?
 - ¿Te gusta ver lo que la red dice de ti?
 - ¿La imagen que hay en la red responde a tu realidad?
 - ¿Muestras tu imagen real o la imagen ideal que tienes de ti?

FICHA DEL O LA EDUCADORA VI

- ¿Cómo y en qué medida contribuye a construir la identidad de las personas lo que se publica en Internet?
- ¿Qué imagen ofrecen en las redes?



- ¿Te sientes conforme con la imagen proyectada?



- ¿En qué medida y cómo me ayuda la imagen que tienen en Internet de mí, a conectar con otras personas?



FICHA ALUMNADO 6

- ▣ Ponte en situación. Debes dejar tu legado digital. En él deben aparecer cosas que hablen de ti y de lo que quieres que otros sepan.

- ▣ Piensa qué información personal estás dispuesto o dispuesta a publicar. Qué valores quieres transmitir. Qué consideras cómo éxito. Quién quieres que te siga y a quiénes seguir.
- ▣ Diseña tu legado teniendo en cuenta el siguiente esquema.

Esquema de mi legado en Internet

Redes en las que aparecerás	Qué importancia tendrán los likes
Valores que transmitirás	Quiénes aparecerán en tus fotos
Tipo de fotos que publicarás	Qué datos personales publicarás
Qué causas seguirás y con quiénes	Cómo te relacionarás con las personas

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large rounded rectangle in the top right, a yellow triangle on the left, a yellow circle on the right, a blue circle at the bottom, and a blue triangle on the right. A thin white vertical line is positioned to the left of the main text.

Sesión 4

Protege tus datos
en redes

SESIÓN 4: Protege tus datos en redes

Dimensión: Gestión de datos

Objetivos:

- Acceder a la información y a los medios de comunicación (MIL).
- Proteger los dispositivos y el contenido digital (DigComp).
- Entender cómo usar y compartir información personal mientras se protege a sí mismo y misma y a los demás (DigComp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. Se presenta al grupo la Ficha del o la Educadora VII sobre las estadísticas de las aplicaciones más utilizadas por los y las jóvenes entre 13 y 24 años, las aplicaciones que más información recaban sobre los y las usuarias y una serie de montajes de iconos de las grandes empresas multimedia.

Al finalizar se orienta al alumnado en un debate, a partir de las preguntas que se sugieren en la ficha.

Tiempo: 15 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora VII

Edad preferente: 15-17 años

2. El o la educadora organiza dos grupos y entrega a cada grupo una de las historias que aparece en la Ficha del o la Educadora VIII. Después de la lectura, pide que un representante realice un resumen de la historia al grupo contrario.

Después, con todo el grupo, el o la educadora realiza un debate a partir de las siguientes preguntas.

- ¿Qué información crees que dieron a conocer los protagonistas de las dos historias a sus victimarios?



- ¿Cómo utilizaron la información los victimarios de sus víctimas?
- ¿Qué estrategias utilizaron los victimarios para sacar provecho de sus víctimas?
- ¿Por qué las personas accedieron a los chantajes de sus victimarios? ¿Qué buscaban las protagonistas de las dos historias en las personas que luego les hicieron daño?
- ¿Crees que es culpa de las víctimas haber sido engañadas?
- ¿Qué piensas del estigma social de las personas que son engañadas?

Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora VIII

Edad preferente: 15-17 años

3. El o la educadora entrega la Ficha Alumnado 7 y pide que se realice de manera individual la ficha, teniendo en cuenta lo trabajado en las dos actividades anteriores.

Tiempo: 15 minutos

Recursos: Ficha Alumnado 7

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión es conveniente que el o la educadora lea cuidadosamente la información que se sugiere en la Ficha del o la Educadora VII y que quizás amplíe su conocimiento previo.

La intención de esta sesión es que el alumnado pueda sorprenderse de la información de la que disponen las redes sociales más populares del mundo y cómo utilizan la información para fines comerciales. Así mismo, se pretende que el alumnado reflexione sobre las personas a quienes se coloca en riesgo en una publicación inofensiva.

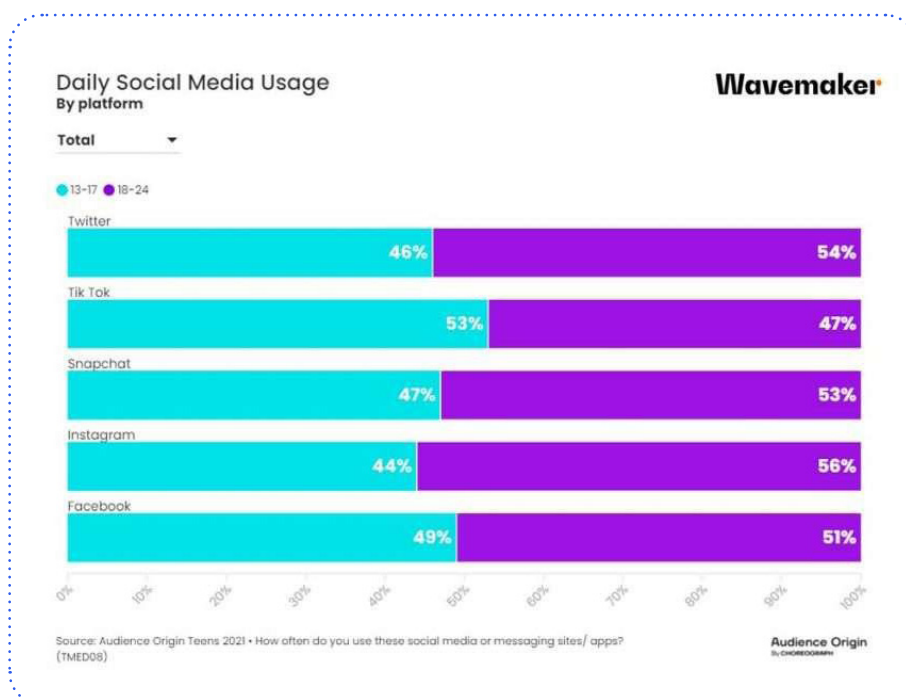


Se recomienda que la temática no sea abordada desde una demonización de las redes o de la publicación de la información, sino desde una postura preventiva de la publicación. Es decir, que los y las participantes tomen medidas que les protejan y protejan a su entorno a la hora de distribuir la información. Para ello, se recomienda utilizar alguno de los materiales audiovisuales de Chema Alonso sobre seguridad informática o de Marta Peirano llamado *¿Por qué me vigilan, si no soy nadie?*

Así mismo, se busca que el alumnado vea que el problema no es solamente de quien distribuye la información, sino de la persona que hace un uso negativo y en ocasiones delictivo de la información de otros. La responsabilidad no es solo de quien publica; es, también, de quien hace un uso indebido de ella.

FICHA DEL O LA EDUCADORA VII

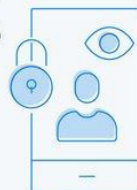
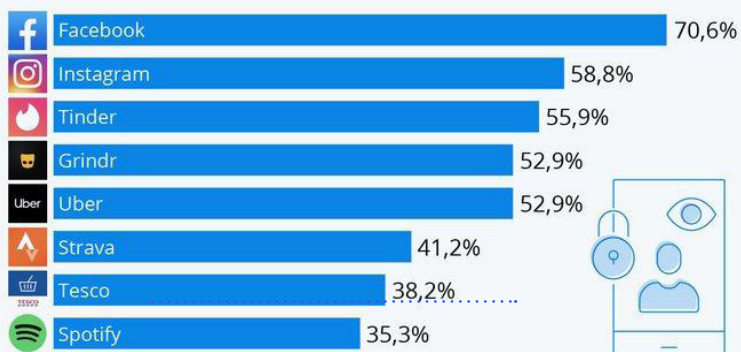
Las redes sociales que más utilizan los jóvenes entre 13-24 años en el mundo:



FICHA DEL O LA EDUCADORA VII

¿Qué compañías tienen más información sobre ti?

Aplicaciones que recogen el mayor porcentaje de datos personales de sus usuarios*



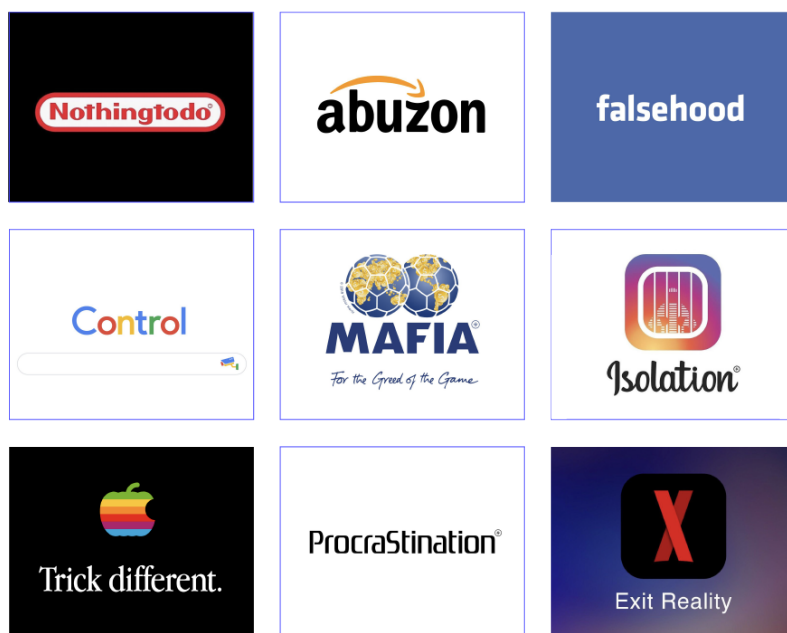
* Según los permisos solicitados en los términos y condiciones y acuerdos de privacidad de 48 apps de diversos sectores. Datos de octubre de 2020.

Fuente: Clario Tech



statista

FICHA DEL O LA EDUCADORA VII



Autor y fuente: Viktor Hertz. <http://viktorhertz.com/> @viktorhertz

Preguntas de reflexión:

- ¿Qué te sugieren las estadísticas?
- ¿Qué te sugieren los montajes de los iconos?
- ¿Qué nos ofrecen las aplicaciones?
- ¿Qué les damos a cambio?
- ¿Cuáles son los beneficios para nosotros y nosotras por utilizarlas?
- ¿Cuáles son los beneficios empresariales para las empresas, si por ejemplo no pagamos dinero por utilizarlas?

FICHA DEL O LA EDUCADORA VIII

Historias de fraude por Internet

1. Fraude romántico

Lisa tenía 68 años cuando, a comienzos de la pandemia de COVID-19, perdió a su marido, que había estado enfermo durante años. La ex-enfermera se volcó en Internet en busca de personas que estuvieran experimentando ese mismo dolor. Pero lo que halló fueron depredadores. «Encontraron a una mujer que era enfermera, así que sabían que tenía algo de dinero», dijo su hija Christine sobre los estafadores con quienes Lisa se conectó en línea. «Cuando papá murió fue cuando de verdad atacaron duro». Pronto, Lisa se vio inmersa en un remolino de relaciones cibernéticas. Luego, comenzaron a llegar los pedidos de dinero: miles de dólares para ayudar con los gastos escolares de un niño y dinero para pagar por el servicio de Internet. Durante un viaje del 4 de Julio, Christine fue testigo del grado de obsesión de su madre, quien se alejaba constantemente del grupo para comunicarse con estos desconocidos. «Y después me di cuenta de que no le quedaba dinero en sus ahorros», dijo Christine.

Su madre vendió objetos valiosos y hasta pidió un préstamo sobre el título de su auto. Cuando Christine trató de intervenir, se pelearon. «Cualquier cosa que le dijera, ella respondía que yo estaba loca, que estaba tratando de impedir que ella conociera a su amor, que yo estaba tratando de controlarla», recuerda Christine. Una inspección de sus recibos reveló que en el transcurso de varios meses Lisa había enviado al menos \$120,000 a delincuentes en Internet.

FICHA DEL O LA EDUCADORA VIII

2. Sexting

- El Equipo de fútbol

Josué, de 14 años, recibió una invitación para agregar a Leslie, una chavala muy guapa que aparentaba ser de la misma edad. Cuando aceptó comenzaron a chatear hasta ser amigos. La única forma de comunicación entre ellos eran los mensajes de Facebook. Hacían juegos mientras charlaban hasta que un día Leslie propuso que intercambiaran fotos sin ropa.

Josué dudó, pero Leslie le prometió que, en cuanto recibiera la foto de Josué, enviaría la propia. Al cabo de un rato, la foto de Josué, sin playera y haciendo cara sexy estaba enviada, ahora tocaba a Leslie.

La foto no llegó de regreso, por el contrario, Leslie empezó a subir de tono el juego pidiéndole a Josué una foto completamente desnudo. Josué se volvió a negar, pero ante la promesa de Leslie de enviar la suya, también sin ropa, accedió a enviar una foto mostrando sus genitales.

Una vez enviada la fotografía, ella se burló de él diciéndole que no le iba a mandar nada y que, si él no accedía a mandar más fotos, publicaría la que tiene ante todos sus contactos.

Josué asustado recibió información en la escuela y se acercó a un capacitador de Fundación en Movimiento, A.C. El caso fue investigado y se comprobó que el perfil de «Leslie» había realizado las mismas acciones con 7 jóvenes de la misma escuela, pertenecientes al mismo equipo de fútbol. Sospecharon del entrenador de fútbol, a quien bloquearon y denunciaron en Facebook, así terminaron las amenazas.

FICHA ALUMNADO 7

- Tras la lectura de cada frase piensa qué o a quiénes pones en riesgo cuando publicas datos en Internet, de manera consciente o inconsciente.

Quiénes podrían utilizar tus datos en tu perjuicio: personas, empresas o ambas

Lo que publicas	Qué o quiénes están en riesgo	Empresas	Personas
Una foto de tu casa o sus alrededores			
Envías tu identificación por WhatsApp u otra red			
Compartes la contraseña de wifi o de una plataforma <i>streaming</i>			
Publicas la ubicación en un aeropuerto			
Publicas la ubicación en un restaurante o tienda			
Cuando publicas los datos de una actividad de entrenamiento (bicicleta, caminata)			
Publicas un video de una fiesta			
Compartes una foto de una amiga			
Cuando en el perfil aparecen otras personas en tu foto			
Cuando envías una foto comprometida a otra persona			

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large rounded rectangle in the top right, a yellow triangle on the left, a yellow circle on the right, a blue circle at the bottom, and a blue triangle on the right. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 5

Dieta mediática
saludable

SESIÓN 5: Dieta mediática saludable

Dimensión: Contenidos y Descargas

Objetivos:

- Reconocer la producción y propiedad intelectual (Buenas prácticas).
- Comprender cómo se aplican y respetan los derechos de autor (Digcomp).
- Analizar, interpretar y evaluar críticamente los datos, la información y el contenido digital (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora enseña el plato de comida saludable diseñado por expertos en nutrición de la Escuela de Salud Pública de Harvard, que aparece en la Ficha del o la Educadora IX.

Debe presentar el plato identificando los grupos de alimentos y los porcentajes de ingesta diarias y reflexionar sobre la siguiente pregunta: ¿por qué es recomendable que las personas tengan una dieta saludable?

Al terminar, el o la educadora pide al alumnado que se organice en pequeños grupos y entrega la Ficha Alumnado 8. En la actividad se reflexiona sobre la idea de una dieta saludable en el consumo mediático.

Tiempo: 30 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora IX, Ficha Alumnado 8.

Edad preferente: 12-14 años

2. El o la educadora reparte las tarjetas que aparecen en la Ficha del o la Educadora X sobre prácticas adecuadas en el uso

de la información y los contenidos. Son frases divididas en dos partes. Una parte en cada tarjeta. El o la educadora indicará



a los y las participantes que busquen entre los y las compañeras la pareja correspondiente a su tarjeta. Cada pareja pegará la frase completa en la pizarra o pared. Cuando estén todas las frases se discute sobre la frecuencia con la que verifican la información en sus contenidos

y su importancia en su propia dieta informativa.

Tiempo: 10 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora X

Edad preferente: 12-14 años

3. El o la educadora entrega la Ficha Alumnado 9 y pide que recorten y plieguen el come-cocos de papel como aparece en las instrucciones. En esta actividad se trabajan principios sobre el respeto de los derechos de autor y se recomienda que se juegue en parejas.

Tiempo: 10 minutos

Recursos: Ficha Alumnado 9, tijeras

Edad preferente: 12-14 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión es recomendable que el o la educadora incida en que, así como nos alimentamos para tener un cuerpo sano, la información a la que accedemos debe ayudar a aumentar nuestro capital simbólico. Si somos lo que comemos, somos también lo que vemos, escuchamos y leemos.

La representación del mundo, así como la opinión y la escala de valores, también se nutre de las representaciones mediáticas; de ahí la importancia de pensar en tener una dieta de consumo mediático, así como del desarrollo del pensamiento crítico frente al contenido al que accedemos.

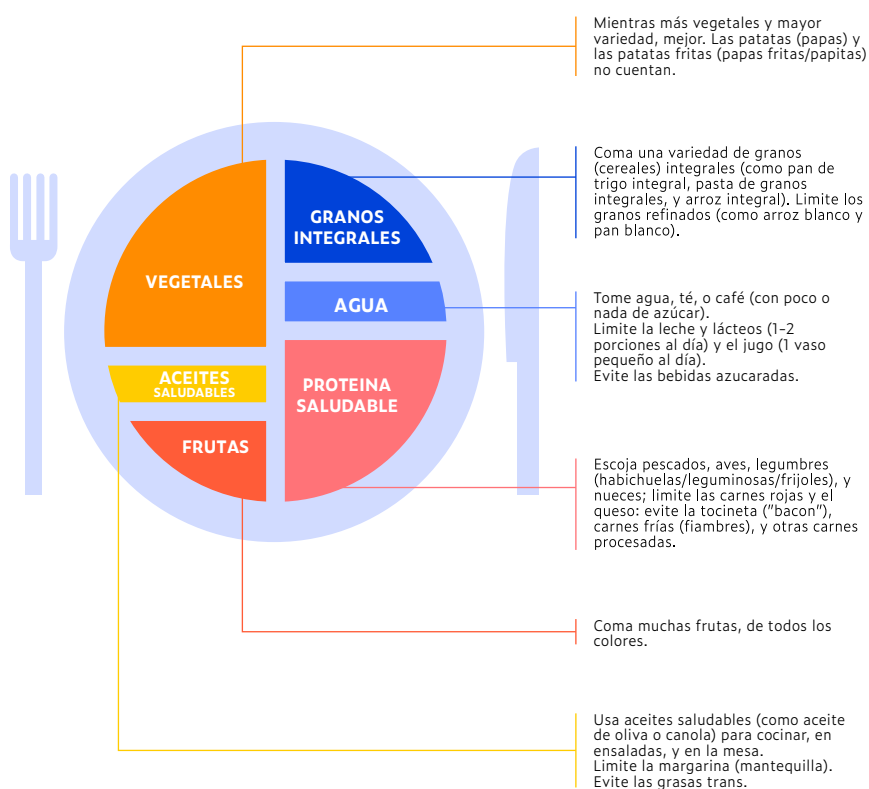


Finalmente, en esta sesión se indican algunas pautas para respetar los derechos de autor. Es importante que la reflexión sobre el respeto a la autoría se acompañe de una reflexión sobre la función social del conocimiento y el derecho de las personas a informarse y conocer, libremente, los avances del conocimiento en todas las áreas. Al respecto, es conveniente ampliar la información sobre el derecho a compartir en la era digital, que ha publicado la organización Artículo 19 en el 2013.³

³ Artículo 19. (2013). *El Derecho a Compartir: Principios de la Libertad de Expresión y los derechos de propiedad intelectual en la Era Digital*. <https://www.article19.org/data/files/medialibrary/3716/13-04-23-right-to-share-SP.pdf>

FICHA DEL O LA EDUCADORA IX

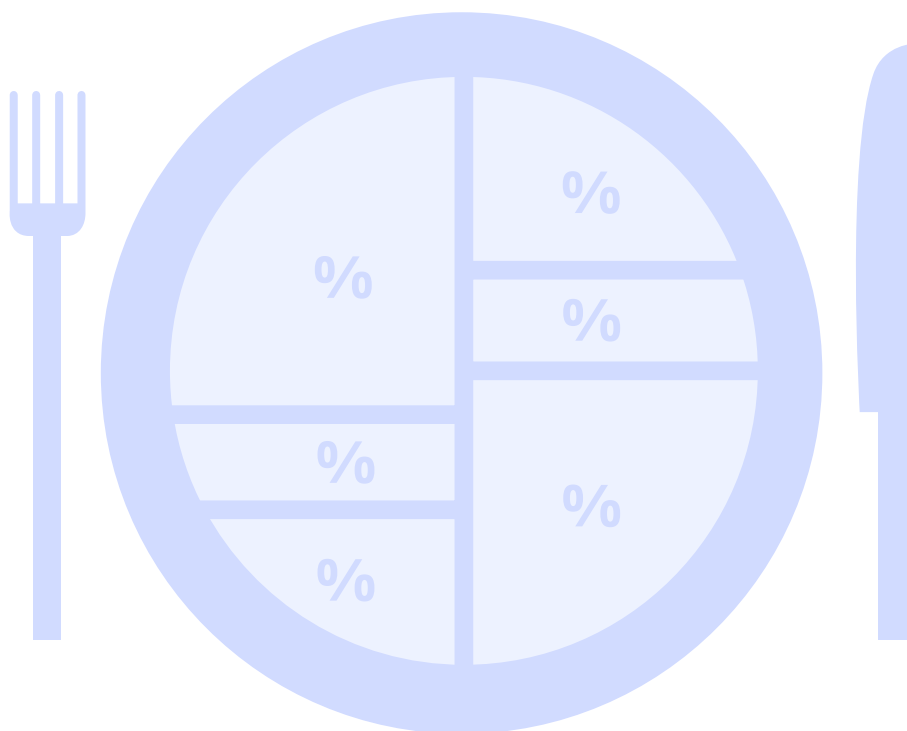
EL PLATO PARA COMER SALUDABLE



Rediseño del diagrama *El plato para comer saludable* de la Escuela de Salud Pública de Harvard

FICHA ALUMNADO 8

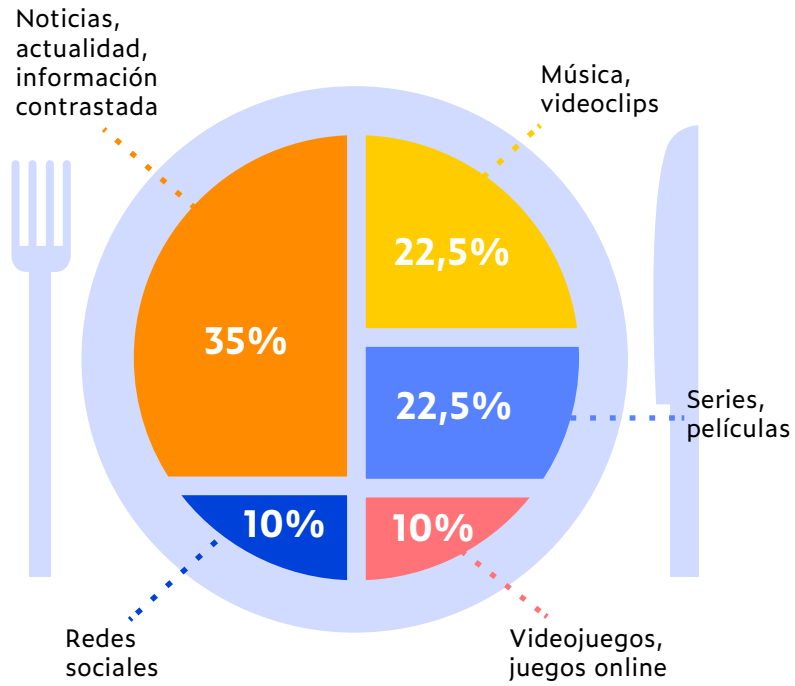
- Ahora piensa que consumimos diariamente información a través de Internet y los dispositivos móviles. ¿Cómo sería una dieta saludable en relación a los contenidos y la información a la que accedemos? ¿Cuánto debemos consumir de información, música, series, videojuegos, entretenimiento? Si las patatas fritas no son saludables, en el consumo de información, ¿cuáles serían los contenidos perjudiciales? ¿Qué contenidos se considerarían «insanos»? ¿Qué tipo de contenidos son convenientes consumir en mayor medida?





SOLUCIONARIO - FICHA ALUMNADO 8

I. Nuestra dieta mediática - EJEMPLO -



FICHA DEL O LA EDUCADORA X

Primera parte de la frase

Verifica la fuente

Ante un titular impactante o sensacionalista

La biografía del autor o la autora es importante

Lo datos importan

El lugar y la fecha importan

Ante la duda, pregunta a

Cuidado con los prejuicios

Segunda parte de la frase

Cerciórate de la fuente, no solo de su fiabilidad sino de su sesgo ideológico y los objetivos de su marca

Lee más allá del titular. Lee la nota y pregúntate sobre su credibilidad

Busca si el autor o autora es real o ficticia. Consulta sobre su perfil y seguidores

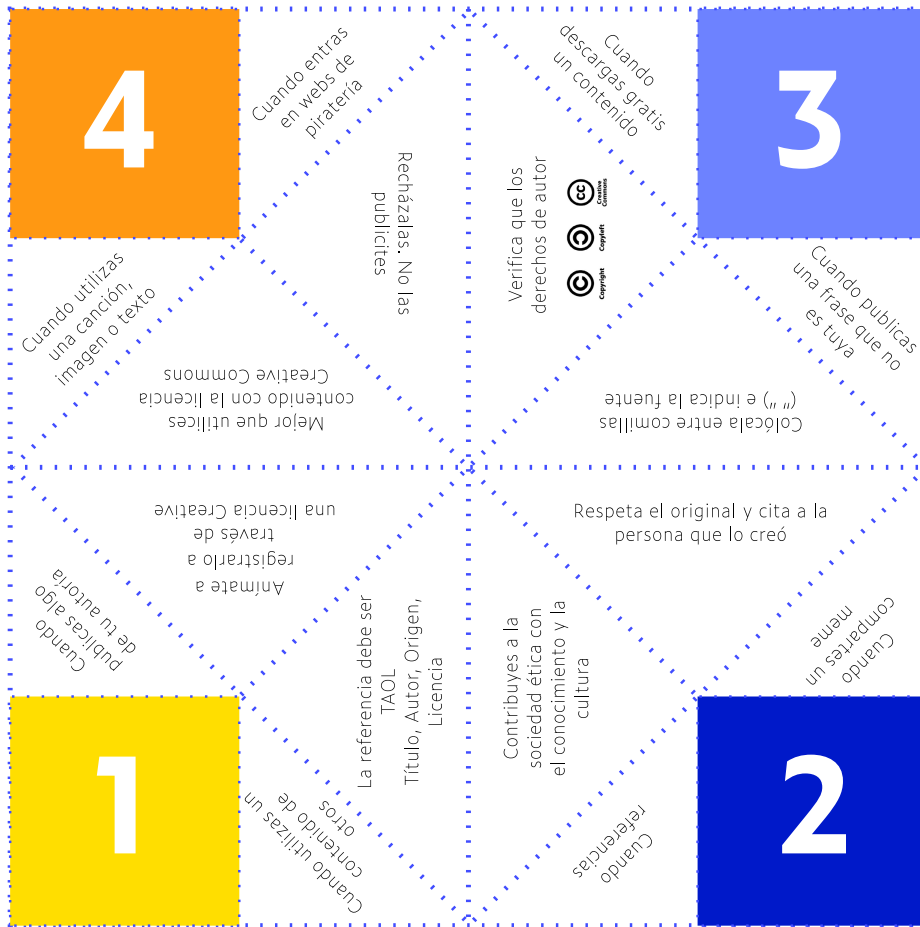
Verifica que los datos son fiables. Busca en otras fuentes.

Muchos de los bulos y las noticias falsas son cadenas de mensajes que van cambiando personajes y acontecimientos, pero siempre buscan generar miedo o rechazo.

Una persona experta. Siempre puede darte más opciones para comprender la temática.

Tus prejuicios, estereotipos o creencias pueden alterar la realidad o permitir que sea más fácil tu manipulación

FICHA ALUMNADO 9



The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large, rounded orange shape in the top right; a yellow triangle on the left; a yellow circle on the right; a blue circle at the bottom; and a blue triangle on the right. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 6

Rayos X a los
contenidos en redes

SESIÓN 6: Rayos X a los contenidos en redes

Dimensión: Contenidos y Descargas

Objetivos:

- Reconocer la producción y propiedad intelectual (Buenas prácticas).
- Comprender cómo se aplican y respetan los derechos de autor (Digcomp).
- Analizar, interpretar y evaluar críticamente los datos, la información y el contenido digital (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora entrega la Ficha Alumnado 10 que habla sobre el análisis de contenido de la información, a través del símil del etiquetado de los productos alimenticios. El alumnado debe leerlo de manera individual.

Tiempo: 5 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 10

Edad preferente: 15-17 años



2. En pequeños grupos entrega las imágenes que aparecen en la Ficha del o la Educadora (XI) y solicita a los y las participantes que analicen las fotografías e identifiquen las estrategias que se utilizan para mostrar valores y antivalores, teniendo como guía las preguntas que se sugie-

ren en la ficha⁴. A cada grupo le corresponderá un grupo de imágenes.

Tiempo: 25 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XI

Edad preferente: 15-17 años



⁴ Fuente: Junta de Extremadura. (2016). *Estereotipos y lenguaje sexista en la red para Educación Secundaria*. https://emtic.educarex.es/nativosdigitales_materiales/secundaria/estereotipos/guia_ES11_estereotipos_y_lenguaje_sexista_en_la_Red.pdf



3. El o la educadora plantea la temática de la desinformación y las noticias falsas a partir de la imagen que aparece en la Ficha del o la Educadora XII. Luego

expone la Ficha del o la Educadora XIII invitando a que los y las participantes ubiquen en el árbol los siguientes conceptos de manera intuitiva.

Prejuicios	Raíces
Miedos	Raíces
Desconfianza en los medios tradicionales	Raíces
Intereses económicos, sociales y/o políticos	Raíces
Inmediatez de la información	Tronco y ramas
Plataformas interconectadas	Ramas
Noticias falsas	Frutos
Desinformación	Frutos
Discursos de odio	Frutos

El o la educadora procura ir guiando en colocar los conceptos en el lugar que les corresponde, como se indica en la tabla que solo conoce el o la educadora. Se puede imprimir previamente las frases o escribirlas en la pizarra.

Tiempo: 20 minutos

Recursos: Ficha del o la Educadora XII, Ficha del o la Educadora XIII.

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión, se continúa con la idea de una dieta mediática saludable, sobre todo en lo que se refiere a las representaciones sociales presentes en los contenidos. Es conveniente que el alumnado identifique la ideología y los valores que están presentes en todos los productos mediáticos, sin excepción. Así mismo, es importante que los y las participantes reconozcan los mecanismos que utilizan los medios para llamar su atención y para representar los valores, a través de elementos simbólicos y estéticos como por ejemplo el color.

Las actividades 2 y 3, quizás, necesiten más tiempo para ser desarrolladas dependiendo de la edad y del conocimiento previo de los conceptos por parte del alumnado.

En este caso, para la selección de cuentas de Instagram (Ficha del o la Educadora XI), se ha tenido en cuenta, por un lado, el número de *followers*. Cristiano Ronaldo (413 M *followers*) y Kylie Jenner (319M *followers*) son, después de la cuenta propia de Instagram, las personas con más *followers* a nivel mundial (Social Blade, 2022⁵). Por otro, también se han elegido las cuentas de personas que son más conocidas a nivel español y entre el público más joven, que en este caso son la actriz Ester Expósito (28,9M *followers*) y el actor Manu Ríos (10,8M *followers*). De todas maneras, es importante señalar que esta actividad es adaptable a otros perfiles de Instagram o de otra aplicación parecida, y que el o la educadora puede elegir el perfil o el contenido a utilizar.

⁵ Fuente: Social Blade. (2022). *Top 50 Most Followed Instagram Business / Creator Accounts (Sorted by Followers Count)*. <https://socialblade.com/instagram/top/50/followers>

FICHA ALUMNADO 10

El etiquetado de los contenidos

Solemos verificar el etiquetado para saber si un elemento es saludable o no. Vemos los ingredientes, la procedencia y niveles de azúcares añadidos, grasas saturadas, sal, etc. Sin embargo, con ciertos productos, la información lleva a confusiones, no es clara o directamente es engañosa.

Lee el siguiente extracto de una nota de prensa sobre el tema:

PRODUCTOS DE SUPERMERCADO QUE PARECEN SALUDABLES Y NO LO SON

Bebidas vegetales, mermeladas «zero», margarinas o mueslis se venden como si fueran beneficiosos para el organismo, pero los nutricionistas recomiendan mantenerse alejados de ellos. Aquí te explicamos por qué.



«Sin azúcar», «desnatado», «vegetal», «light» o «bajo en grasa» son algunos de los reclamos que usa el marketing alimentario para intentar vendernos cosas que nos hagan sentir los seres humanos más sanos sobre la faz de la tierra. Pero la realidad tiene poco que ver con lo

FICHA ALUMNADO 10

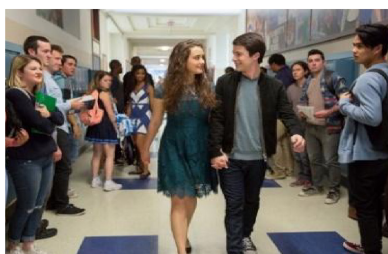
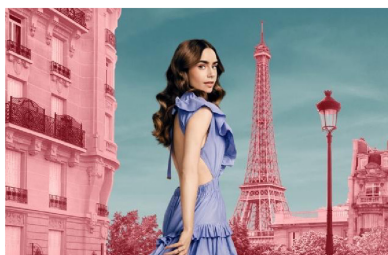
que promete la industria, y las falsas bondades de estos productos se ajustan aún menos a la realidad (lo que no impide que se sigan usando como reclamo) [...]

Juan Revenga propone una primera criba rápida para identificar estos saludables de *pego/ete*, sencilla y bastante definitiva: si van cargaditos de referencias «buenrollistas», mal asunto. «Es muy sospechoso que un alimento necesite 'gritar' lo bueno que es. Las mejores elecciones en el terreno alimentario –aquellas que se pueden encontrar de forma típica en cualquier puesto de un mercado– jamás hacen referencia su riqueza en omega tres, hierro, calcio, L. Casei inmunitas y ese tipo de cosas. Cuanto más marketing de salud hay implicado en un alimento, menos confío en él», zanja con contundencia.

Algo similar al etiquetado de los productos sucede con la información que se trasmite a través de medios de comunicación tradicionales y nuevos. Necesitamos identificar la fiabilidad de la fuente, así como la ideología que busca transmitir.

FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

Contenidos en plataformas digitales (*Netflix, HBO, Disney +, Amazon Prime...*)



FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

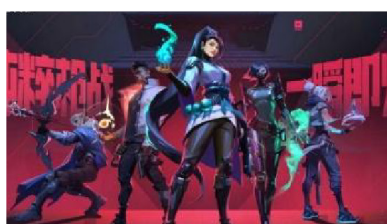
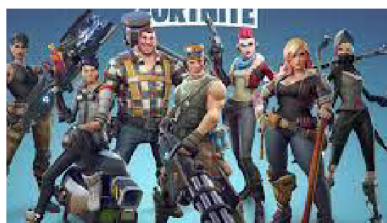
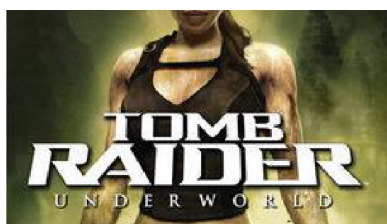
Contenidos de las plataformas digitales:

Preguntas posibles para la reflexión

1. ¿Reconoces estas imágenes? ¿Quiénes son? ¿A qué película, serie, etc. pertenecen?
2. ¿Cómo las describirías? ¿Hay alguna semejanza entre ellas? ¿Dirías que todas ellas siguen un mismo patrón?
3. ¿A qué tipo de público crees que están dirigidas principalmente? ¿Por qué?
4. ¿Cuál es su objetivo / sus objetivos? ¿Qué tipo de mensaje transmiten?
5. ¿Te identificas con alguna de estas imágenes? ¿Por qué?
6. ¿Crees que son una representación fiel de la vida diaria de la mayoría de las personas?
7. ¿Crees que representan de manera fiel la diversidad que existe hoy en día en nuestra sociedad?
8. ¿Crees que estas imágenes influyen en la moda, las formas de vestir y en cómo se muestran los y las adolescentes y jóvenes? ¿Y en los gustos y en las aficiones? ¿Por qué?
9. ¿Crees que influyen en ti? ¿Por qué?

FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

Contenidos en los videojuegos o juegos online Videojuegos



FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

Juegos online:

Preguntas para guiar la reflexión

1. ¿Identificas todos estos juegos? ¿Hay diferencias entre ellos? ¿Cómo los clasificarías?
2. ¿Estás familiarizado con los términos *single-player*, *multi-player* o *massive multiplayer*? ¿Qué significan y cuál crees que es su objetivo?
3. ¿Cómo son las imágenes que aparecen en las portadas o en las capturas de estos juegos?
4. ¿Te sientes identificada o identificado con estas imágenes?
5. ¿Crees que estas imágenes influyen en la moda, las formas de vestir y en cómo se muestran los y las adolescentes y jóvenes? ¿Y en los gustos y en las aficiones? ¿Por qué?
6. ¿Crees que influyen en ti? ¿Por qué?
7. ¿Crees que ese tipo de rasgos define a las personas que tú conoces? ¿Con qué rasgos describirías a cada uno y una de tus compañeras del colegio o a cada uno y una de tus educadoras?
8. ¿Cómo está representada la mujer? ¿Y el hombre?
9. ¿Por qué crees que se da este fenómeno en la representación visual de la imagen de mujeres y hombres? ¿Qué finalidad tendrá? Explica brevemente tu punto de vista.
10. La mayoría de los usuarios/jugadores son hombres. ¿Crees que los juegos influyen en sus deseos, afinidades y aficiones? ¿Crees que los juegos están pensados para un imaginario masculino? ¿Por qué?
11. La mayoría de estas imágenes están hechas por hombres. ¿Crees que serían diferentes si las hubieran diseñado mujeres? ¿Por qué?

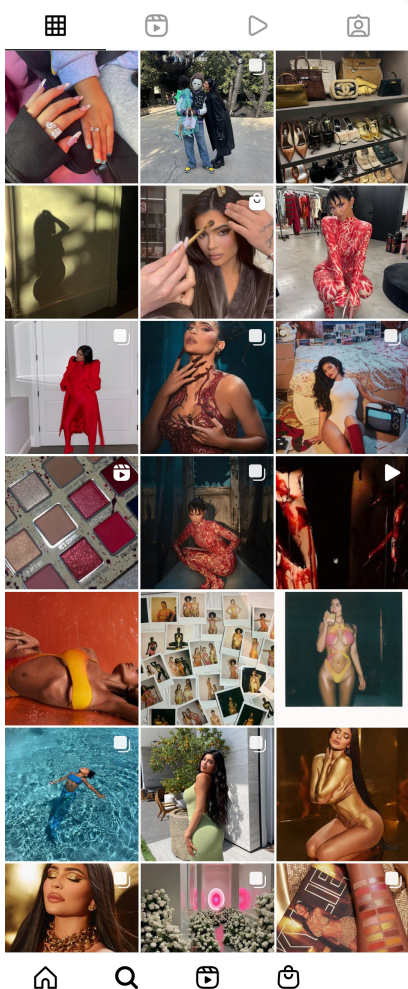
FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

← **kyliejenner** ✓



6.822 Posts **319M** Followers **81** Following

Kylie ♥
@kyliecosmetics @kylieskin @kylieswim @kyliebaby
kyliecosmetics.com/

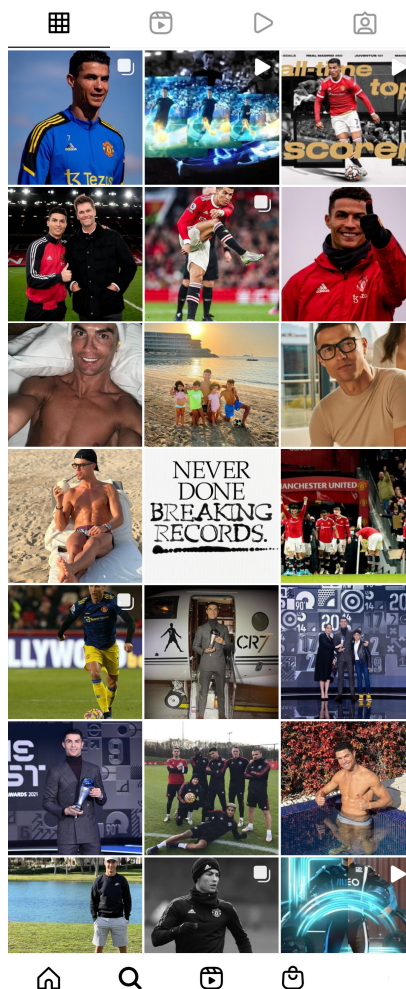


← **cristiano** ✓



3.264 Posts **413M** Followers **504** Following

Cristiano Ronaldo
www.cristianoronaldo.com/



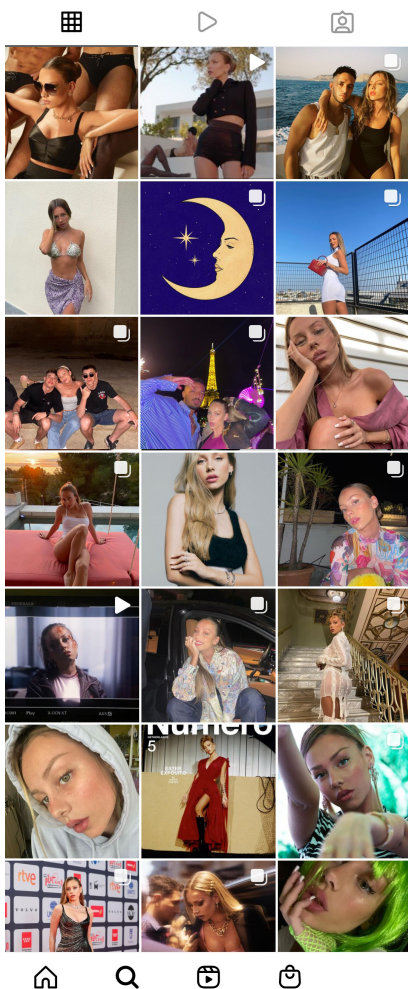
FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

← **ester_exposito** ✓



220 Posts
28,9M Followers
606 Following

Ester 🌙
Actor
@antonio_abeledo
de aquellas que hicieron de la vida este rincón sensible, luchador, de piel suave y tierno corazón guerrero ♀
See translation

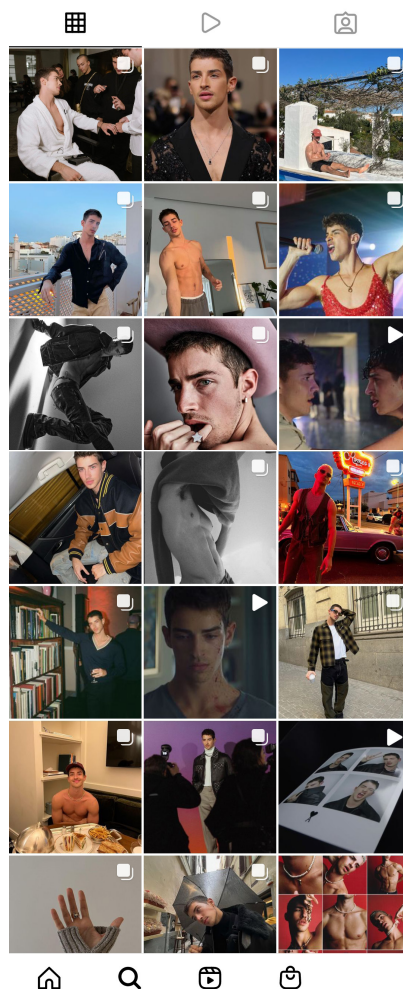


← **manurios** ✓



261 Posts
10,8M Followers
398 Following

Manu Rios
moving in different spaces



FICHA DEL O LA EDUCADORA XI

Contenidos en perfiles de Instagram

Instagram: preguntas para guiar la reflexión

1. ¿Reconoces estas cuentas? ¿Sabes quiénes son? ¿Te gustan?
2. ¿Qué adjetivos utilizarías para describirlas? ¿Utilizarías los mismos adjetivos para todas ellas? Si no, ¿cuál sería la diferencia y por qué?
3. ¿Crees que ese tipo de rasgos define a las personas que tú conoces? ¿Con qué rasgos describirías a cada una de tus compañeras del colegio o a cada una de tus educadores y educadoras?
4. ¿Te sientes identificada o identificado con esas imágenes?
5. ¿Crees que estas imágenes son una representación fiel de la vida real de la mayoría de las personas?
6. ¿Crees que estas imágenes influyen en la moda, las formas de vestir y en cómo se muestran los y las adolescentes y jóvenes? ¿y en los deseos y las ambiciones de los jóvenes? ¿Por qué?
7. ¿Crees que influyen en ti? ¿Por qué?
8. ¿Crees que un *like* tuyo influye en la vida de estas personas? ¿Cómo? Explica brevemente tu punto de vista.
9. ¿Crees que consiguen algún tipo de ganancia con este tipo de publicaciones?
10. Ahora piensa en tu cuenta de Instagram y en la de tus amigas/ amigos más cercanos (o de alguna otra red social). ¿Crees que se parecen a estas cuentas? ¿Por qué? Si no se parecen, ¿preferirías que se pareciesen?

FICHA DEL O LA EDUCADORA XII

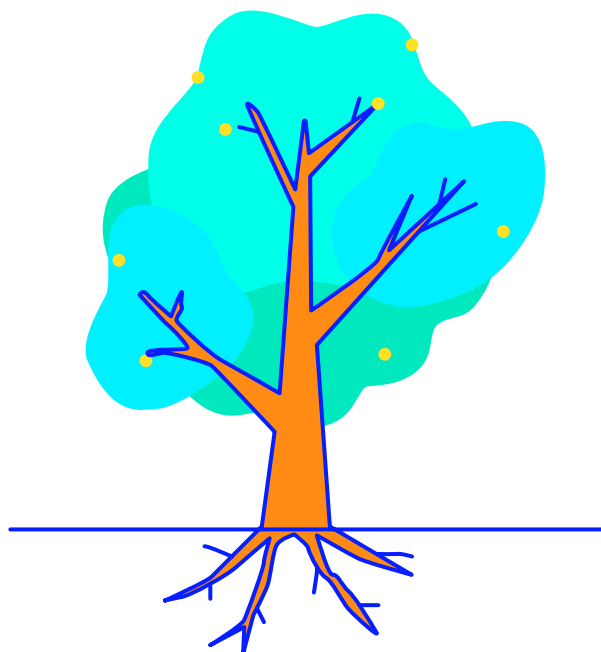


Walt Disney. (1937). *Blancanieves y los siete enanitos*.

Las noticias falsas y la desinformación pueden verse como una manzana envenenada que se nos ofrece. Como en el cuento de Blanca Nieves, los medios de comunicación, tradicionales y nuevos, se presentan como inofensivos ante nosotros. En la mayoría de los casos neutrales. Ni de izquierdas ni de derechas. O en algunos casos, como ciudadanos indignados o comprometidos. Nos ofrecen la información como la descripción objetiva de la realidad. Nos dicen que ni las imágenes ni los datos mienten. Que lo están viviendo en directo.

Sin embargo, ¿es todo verdad? ¿Es objetiva la información? ¿Mienten o no las imágenes? ¿Son objetivos los datos?

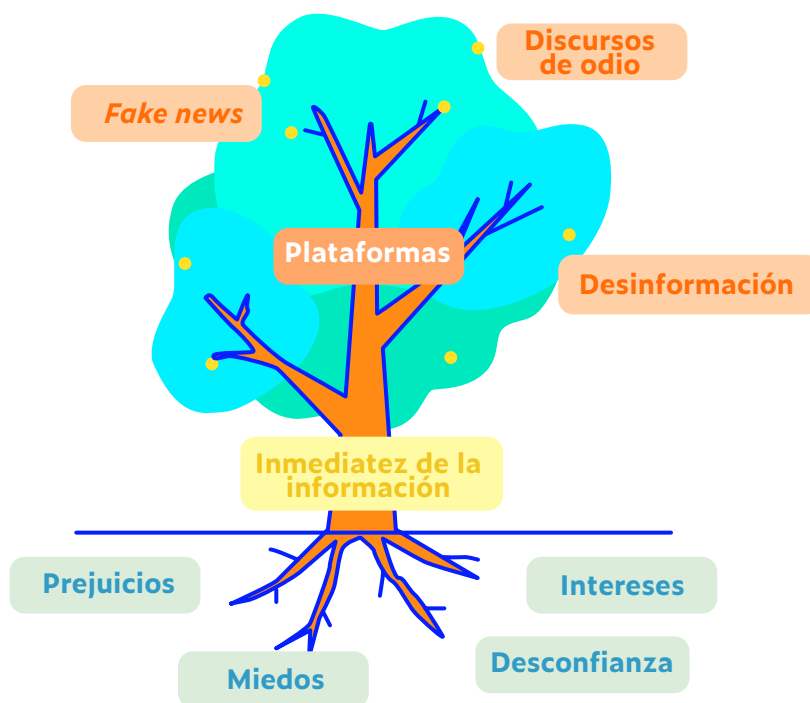
FICHA DEL O LA EDUCADORA XIII



- Prejuicios
- Miedo
- Desconfianza en los medios tradicionales
- Intereses económicos, sociales y/o políticos
- Inmediatez de la información
- Plataformas interconectadas
- Noticias falsas
- Desinformación
- Discursos de odio



SOLUCIONARIO - FICHA DEL O LA EDUCADORA XIII





Sesión 7

Miradas que matan

SESIÓN 7: Miradas que matan

Dimensión: Publicaciones

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos respetando las ideas, creencias y opiniones de las demás personas (Buenas prácticas).
- Crear contenidos respetando los derechos humanos y la dignidad de las personas (MIL).
- Entender cómo usar y compartir información protegiéndose a sí mismo y misma y a los demás (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora consulta al alumnado si recuerdan la historia de Luna, voluntaria de la Cruz Roja que el 20/05/2021 fue noticia en todo el mundo. Expone la foto de la Ficha del o la Educadora XIV. Se realiza un diálogo informal, a partir de la lluvia de

ideas de los y las participantes sobre el acontecimiento.

Tiempo: 10 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XIV

Edad preferente: 15-17 años



2. Se organiza al alumnado en equipos de trabajo para que cada uno analice, a modo de estudio de caso, el caso de *Luna, la voluntaria que abrazó a Adou*. Para ello, se entregarán cuatro diferentes noticias que se encuentran en la Ficha del o la Educadora (XV). Se entrega una a cada equipo. En grupo ana-

lizarán la noticia en base a las preguntas guía sobre los acontecimientos clave del caso de la Ficha Alumnado 11.

Tiempo: 30 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XV, Ficha Alumnado 11

Edad preferente: 15-17 años





3. El o la educadora, con el grupo completo, establece un debate sobre la mirada que cada medio de comunicación hizo de la noticia.

¿Por qué el mismo acontecimiento se describe de forma diferente?

Teniendo en cuenta la historia de Luna, ¿qué piensas de esa

frase de los periodistas que dice «*mi trabajo es solo informar*»?

Tiempo: 10 minutos

Recursos: Las preguntas y la frase escrita o proyectada en la pizarra

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión se pretende que los y las participantes identifiquen cómo se puede deshumanizar o humanizar a las personas a través de las publicaciones, bien sea en medios institucionalizados como en redes sociales. Por ello, es importante que, en los debates, la mirada se centre en los valores e ideologías que están detrás de las publicaciones.

FICHA DEL O LA EDUCADORA XIV



[Luna la voluntaria de la Cruz Roja](s.f) <https://www.rtve.es/noticias/20210524/abdou-senegales-abrazo-luna-jamas-olvidare-su-gesto/2092720.shtml>

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

NOTICIA 1

Luna, trabajadora de Cruz Roja que abraza a un exhausto inmigrante

Luna, trabajadora de Cruz Roja que abrazó y consoló a un inmigrante exhausto en Ceuta, España, cuya fotografía le ha dado la vuelta al mundo.

La joven Luna, trabajadora de la Cruz Roja, se convirtió en protagonista de una jornada trágica en plena crisis migratoria en Ceuta, España. Fue captada mientras abraza a un migrante agotado que llora desconsolado mientras ella le ofrece agua para beber.

Vivimos en un país en el que hay gente como ella...LUNA. Un país que ayuda y abraza.

Pero vivimos en un país en el que hay una panda de desgraciados que la han acosado de tal manera que ha tenido que cerrar su cuenta de Twitter. #OrgulloLuna#MásComoElla pic.twitter.com/iQPjChhGUc

Ana Pastor 🇪🇸 (@_anapastor_) May 19, 2021

Ella: es una joven mostoleña de 20 años es de raza blanca y tiene el cabello castaño. Viste un chaleco de la Cruz Roja montado en una camiseta blanca, además de que porta pulseras y gafas a la moda.

Él: Es un hombre de raza negra. Viste bermudas rosas y playera sin mangas. Su ropa está sucia y aún húmeda porque recién cruzó la frontera nadando.

Extraños que se funden en un abrazo

Un abrazo entre dos extraños. Seres totalmente diferentes pero iguales, unidos por la desesperanza y por humanidad. Él se aferra a ella como a la cuerda que se arroja para evitar que te lleve el río.

Desde el martes, una ola de inmigrantes cruzó la frontera de Marruecos y llegó nadando a Ceuta. Sin pensarlo, se lanzaron al mar en busca de una mejor vida, aunque algunos de ellos ni siquiera saben nadar.

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

Luna en Twitter:

«No creo en ningún Dios pero estoy segura de que si viviera las situaciones que ha vivido esta gente lo haría».

Y justo fue en las redes sociales, donde las reacciones no se hicieron esperar.

Con este equipo siempre. @CruzRojaEsp #orgulloLuna #voluntariospic.twitter.com/gCRsuvNoDw

jose manuel atencia (@jmatencia) May 19, 2021

En medio del fango siempre hay una flor. Gracias.

pic.twitter.com/IXAd2H7rSn

Ska-p (@skapoficial) May 18, 2021

Conocida en twitter como «Hija del camino», le llovieron los mensajes, aunque no todos de manera positiva.

Después de los últimos acontecimientos creo que lo de @lunix892 no era un abrazo, estaba abusando de un pobre inmigrante.

Quería que le comiese las tetas.

— 🍑 🍷 ❤️ 🍷 Dra Amor, CRIS DE FECCA 🍷 ❤️ 🍷 🍑 (@Bra-gasdazucar) May 19, 2021

Desde que llegó a la Ciudad Autónoma de Ceuta, la estudiante en prácticas de un ciclo superior de Integración Social, se enroló como voluntaria en Cruz Roja, donde actualmente colabora.

¿Qué quiere decir crisis migratoria?

Una crisis migratoria es una dificultad con dimensiones de migración, es decir, que puede generar movimientos de población dentro o fuera de las fronteras de un país.

¿Cuáles son las causas de la crisis migratoria?

El desplazamiento de un país a otro, no es más que una respuesta a múltiples motivos que tienen su origen en diferentes causas sociales, políticas, económicas y ambientales. El desempleo y la falta de bienestar social, o la recesión e inestabilidad económica.

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

Ella se llama Luna. Precioso nombre para un gran ser humano. La han acosado, insultado la gentuza del odio, por ser así: inmensa. Me identifico con ese abrazo de acogida. La mayoría de este país es ella. #OrgulloLuna pic.twitter.com/i7H7otdRmc
— Pilar Cancela/ ❤️ (@PiliCancela) May 19, 2021

- Tvazteca. Luna, trabajadora de cruz roja que abraza a un exhausto inmigrante.

Referencia:

Engels, A. (19 de mayo 2021). Luna, trabajadora de Cruz Roja que abraza a un exhausto inmigrante. *Tvazteca*. <https://www.tvazteca.com/aztecanoticias/luna-trabajadora-de-cruz-roja-abraza-a-exhausto-inmigrante-ead>

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

NOTICIA 2

La historia de Abdou, el senegalés que abrazó a Luna: «Jamás podré olvidar su gesto»

Su abrazo con Luna Reyes, trabajadora de la Cruz Roja, tras llegar a nado a la playa del Tarajal se ha convertido en todo un símbolo de la crisis migratoria de Ceuta. De ella conocimos su testimonio, pero **de él solo se supo que era senegalés y que había sido devuelto a Marruecos tras cruzar la frontera**. Ahora un equipo de Radiotelevisión Española ha podido hablar con Abdou y conocer su historia.

Tiene 27 años y se encuentra actualmente en Casablanca. Se ha reencontrado por videollamada con Luna por primera vez desde el abrazo y, emocionado, le ha agradecido lo que hizo por él. **«Jamás podré olvidar su gesto»**, ha asegurado. Cuenta que le gustaría volver a verla para agradecerle personalmente su gesto con él. **No entiende** los ataques machistas y racistas que recibió Luna tras hacerse viral su abrazo. «Ella solo hizo su trabajo. Me reconfortó, me ayudó, fue un gesto humano», dice.

Lleva cuatro años malviviendo en Marruecos y ya había intentado cruzar la frontera junto a su hermano en otras ocasiones. En cuanto supo que la semana pasada el reino alauita abría sus fronteras no lo dudaron y caminaron desde Tánger a Castillejos, en la frontera con Ceuta, durante toda una noche, «desde las 7 de la tarde a las 6 de la mañana del día siguiente», rememora.

«No tenía miedo a morir»

El último paso lo hicieron a nado, cruzando durante 20 minutos el espigón fronterizo en la playa del Tarajal. Él llegó exhausto y desesperado a la playa ceutí en la que se concentraban decenas de migrantes recién llegados, y rompió a llorar cuando vio que su hermano estaba inconsciente. A día de hoy todavía no sabe nada de él, y le ha pedido a Luna que averigüe si está vivo.

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

Abdou y su hermano son huérfanos. Vivían en Senegal con su abuela, pero decidieron emigrar porque lo que él sacaba como albañil no daba para mantenerles. Marruecos era un paso previo a España, donde sueña con llegar algún día «para empezar una nueva vida, una vida digna». Su otro sueño es ver jugar algún día a su equipo, el Barça.

«No tenía miedo a morir», dice. Ni él, ni las otras personas que conoció en su intento de cruzar la frontera. Tras su larga travesía enfermó. Ahora está cansado y tose frecuentemente.

El testimonio de Luna: «Ese abrazo fue su salvavidas»

En la playa del Tarajal le ayudó Luna, de 20 años y de Móstoles. **«Lloraba, le tendí la mano y me abrazó», contaba en una entrevista exclusiva a RTVE.es.** «Se pegó a mí como una lapa. **Ese abrazo fue su salvavidas**», decía emocionada: «Me hablaba en francés y enumeraba con los dedos de la mano. Yo no entendía nada, pero estoy convencida de que estaba enumerando los amigos que ha perdido en el camino».

«Lloraba, se le caía la baba todo el rato, **antes de abrazarme se estaba apedreando la cabeza. Se quería matar**», aseguraba. «Sé que era de Senegal y tengo grabada su mirada perdida. Tenía los ojos muy rojos».

La historia de Luna se virilizó en las redes sociales y desató una oleada de mensajes machistas. **Tras recibir cientos de insultos, la voluntaria se vio obligada a hacer privado su perfil en Twitter.**

Abdou fue solo uno de los más de 8.000 personas que cruzaron a la ciudad autónoma –aunque el Gobierno local aumenta la cifra a 12.000– entre la madrugada del lunes y la tarde del miércoles. En algunos momentos llegaron a entrar 90 personas por minuto. Unos 7.500 de ellos han regresado a Marruecos, bien por su propio pie o bien devueltos por las fuerzas de seguridad españolas.

¿Por qué son polémicas las «devoluciones en caliente»?

Varias ONG han denunciado que se están devolviendo también a menores y a personas vulnerables, algo ilegal según la legislación española

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

y los convenios internacionales. El Gobierno asegura que no realiza devoluciones en caliente, sino que se trata de un «rechazo en frontera» y defiende que se está cumpliendo con la legalidad.

En febrero del año pasado el Tribunal Europeo de Derechos Humanos y el Tribunal Constitucional avalaron que este tipo de devoluciones, practicadas en cuanto se pisa territorio español, entran dentro de la legalidad en algunos casos. Advertían, sin embargo, de que no se podían llevar a cabo masivamente, sin estudiar personalmente la situación de cada migrante, a menores o a solicitantes de asilo.

Devoluciones de inmigrantes en la frontera: así funciona el procedimiento Verifica RTVE

En una entrevista en RNE, el presidente de Ceuta, Juan Vivas, ha afirmado que hay todavía 3.000 migrantes en la ciudad, un tercio de ellos menores. Ceuta tardará en recuperar la normalidad porque «un porcentaje notable de los que entraron» siguen estando en la ciudad, ha asegurado. Según Vivas, «se alcanzará la normalidad cuando las personas que entraron de manera irregular sean devueltas».

Referencia:

Jiménez, A. y Caballero, A. (24 de mayo de 2021). La historia de Abdou, el senegalés que abrazó a Luna: «Jamás podré olvidar su gesto». RTVE. <https://www.rtve.es/noticias/20210524/abdou-senegales-abrazo-luna-jamas-olvidare-su-gesto/2092720.shtml>

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

NOTICIA 3

Luna, la voluntaria de Cruz Roja que abrazó a un inmigrante en Ceuta, entre los insultos xenófobos y el ejemplo

Las redes sociales se inundan de mensajes de apoyo después de que la joven fuera víctima de críticas por su gesto humanitario

Muy a su pesar, lo que se suponía como un gesto de humanidad que habría protagonizado cualquiera, se acabaría convirtiendo en una prueba de la bajeza moral de otras personas. Cómo no, ocultas bajo el anonimato de las redes sociales. Sería en ese escenario en el que Luna, voluntaria de Cruz Roja, daría fe de la existencia de estos dos mundos después del abrazo y el consuelo que había dado a un inmigrante en Ceuta, pues no tardaría en verse obligada a restringir el acceso a sus cuentas ante la avalancha de insultos y ataques racistas recibidos que a su vez provocarían también una catarata de mensajes de apoyo y solidaridad.

Luna, una joven mostoleña de 20 años que realiza las prácticas en Ceuta de sus estudios de un Grado en Integración Social, se había convertido en una de las imágenes más simbólicas del drama que se esconde tras la crisis migratoria en Ceuta. De hecho, no ocultaría en declaraciones a la cadena SER que la situación era complicada para todos. «Está siendo una experiencia muy dura», señaló. También lo había dejado claro en un vídeo publicado en su cuenta de Twitter: «No creo en ningún Dios, pero estoy segura de que si viviera las situaciones que ha vivido esta gente lo haría», afirmaba.

Sin embargo, no podía imaginar que su gesto de humanidad le podía acarrear más problemas. «Solo le di un abrazo, dar un abrazo a alguien que pide socorro es lo más normal del mundo», trataba de explicar para argumentar su idea de no seguir exponiéndose en los medios por un hecho que no debería resultar noticioso. De ahí que las descalificaciones sufridas en las redes sociales acabarían por minar su moral.

Eso sí, las críticas recibidas darían paso a un sinnúmero de mensajes en los que se mostraba el orgullo y la solidaridad tras una acción tan ejemplarizante. De hecho, acabaría viralizándose el hastag #GraciasLuna que

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

pondría en marcha la propia Cruz Roja, que no dudaría en alabar la conducta de la voluntaria. «Somos una organización en la que hay muchas Lunas, que ayudan a diario a personas como las que llegan a Ceuta. O a Argineguín. O a Canarias. O que están en tu barrio. En todo el mundo», escribirían en su apoyo.

Referencia:

MARCA. (20 de mayo de 2021) Luna, la voluntaria de Cruz Roja que abrazó a un inmigrante en Ceuta, entre los insultos xenófobos y el ejemplo. MARCA. <https://www.marca.com/tiramillas/actualidad/2021/05/20/60a6678e22601dbe028b45ef.html>

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

NOTICIA 4

La historia detrás de la voluntaria de Cruz Roja que ha emocionado a España

Luna Reyes, de 20 años, fue fotografiada asistiendo a un migrante que acababa de llegar a la costa de Ceuta.

Por

[Alfredo Pascual](#)

Periodista de Virales en El HuffPost

20/05/2021 09:41am CEST | **Updated** mayo 20, 2021

Su imagen abrazando y atendiendo a un migrante que acababa de llegar exhausto a la costa de Ceuta ha traspasado fronteras y ha puesto la piel de gallina a millones de personas. Ese momento, protagonizado por la voluntaria de Cruz Roja Ceuta Luna Reyes, se ha convertido en todo un símbolo de solidaridad y afecto en medio de una terrible crisis migratoria y humanitaria.

Esta joven mostoleña de 20 años solo atendía y daba cariño a una persona agotada cuando fue fotografiada, tal y como hacen los voluntarios de Cruz Roja en la zona en su día a día. La única (y gigantesca) diferencia es que ahora se encontraba desbordada por la crítica situación.

Pero ni un gesto como este se libra de los insultos, el odio y el racismo que hay en las redes sociales. Reyes se ha tenido que cerrar sus cuentas, ya que además de descalificaciones también han empezado a publicar detalles de su vida personal e imágenes de su familia y amigos. La reacción de Twitter ha sido ejemplar y los usuarios han convertido en tendencia el hashtag #GraciasLuna.

Su padre, Luis, defiende a su hija y recrimina la actitud de los que aprovechan una situación como esta para atacar a voluntarios que ayudan a salvar vidas humanas: «Siento un poco de tristeza de que haya sujetos que intenten aprovechar y darse notoriedad respondiendo a comentarios positivos sobre ella metiendo cosas falsas. Siento impotencia».

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

Emocionado por el gesto de su hija, reconoce que desde que se publicaron las imágenes en todos los medios de comunicación las muestras de apoyo han sido mayores y más emocionantes que las de odio. «Hemos recibido mucho cariño de personas anónimas y se nos han abierto las carnes al verlas», asegura. Entre los mensajes positivos que ha recibido hay algunos como que «con acciones como esta el mundo todavía merece la pena».

Luis pone en valor el gesto de Luna y destaca que no es nada premeditado y que es algo espontáneo que le ha salido del corazón. «Para mí tiene muchísimo valor», reconoce casi entre lágrimas, antes de reiterar que «solo hay una mirada para ver ese tipo de actos y lo demás no merece la pena ni tenerlo en cuenta».

En las últimas horas ha mantenido varias conversaciones telefónicas en las que le pedía que saliera a tomar una cerveza con sus amigas para intentar distraer la cabeza. De su hija solo recibía respuestas negativas: «Me decía que no le salía ir a tomarse algo porque seguía viendo a niños exhaustos en la calle. Está realmente impactada».

«Le da muchísima pena cómo está llegando la gente que va buscando un futuro mejor. Ella hace lo que deberíamos hacer cualquiera, que es tranquilizarlos y atenderlos. Es gente que viene muy jodida de pasar realidades muy duras», afirma Luis.

Además, ella también está cansada física y emocionalmente por la situación. El lunes, el día del estallido de la crisis, se acostó más allá de las 4:00 y a las 9:00 estaba de nuevo en la playa del Tarajal para trabajar todo el día. «Repartían alimentos por la noche, atendían a los más desfallecidos... y por la mañana otra vez igual», relata.

«Yo le decía que en Móstoles me costaba hacerla que saliera a esa hora de la cama, pero la motivación lo es todo», bromea su padre, orgulloso de la labor de su hija.

Una madrileña en Ceuta

Luna llegó a Ceuta el pasado mes de marzo. Aprovechando que su madre es ceutí y tenía casa en la ciudad, decidió hacer en Cruz Roja Ceuta las

FICHA DEL O LA EDUCADORA XV

prácticas no remuneradas del grado superior de Integración Social [había terminado previamente el grado medio de Atención a personas dependientes]. Hizo las maletas y junto a otras tres amigas, cambió el sur de Madrid por el norte de África.

Cuando llegó, comenzó a hacer unas prácticas en las que atiende a los menores no acompañados que están en el centro del Tarajal. Con ellos hace actividades de acompañamiento o alfabetización.

Le gustó todo lo que hacía, así que a los pocos días de trasladarse decidió combinarlas y ofrecerse también como voluntaria. La metieron dentro del grupo de emergencias que, como explica su padre, se ocupa de dar una primera atención a las personas que llegan.

Que las personas a las que ayuda puedan tener coronavirus no es algo que, en palabras de Luis, le preocupe en exceso: «Ella cumple las medidas. Le han hecho varias pruebas de antígenos por intervenir con población de riesgo».

«Mi hija siempre ha sido echada para adelante y no ha estado aterrada por el virus. Si hay que salir a ayudar a una persona al aire libre y abrazarla con la mascarilla pues lo hace, porque no va a ser el lugar de riesgo más grande para contagiarse»; apunta su padre, que señala que Luna ya ha recibido la primera dosis de la vacuna de AstraZeneca.

De momento y hasta junio (como mínimo, en caso de volver a Madrid), Luna va a seguir la estela de sus padres, ambos han participado en entidades sociales, y va a continuar asistiendo a los migrantes para demostrar que aún se puede creer en el ser humano.

Referencia:

Pascual, A. (20 de mayo de 2021). La historia detrás de la voluntaria de Cruz Roja que ha emocionado a España. *Huffingtonpost*. https://www.huffingtonpost.es/entry/la-historia-detras-de-la-voluntaria-de-cruz-roja-que-ha-emocionado-a-espana_es_60a5f02be4b019ef10d5f96e

FICHA ALUMNADO 11

Luna, la voluntaria que abrazó a Adou

PREGUNTAS GUÍA

- Participantes: ¿quiénes son las personas involucradas en el caso?
- Acontecimientos (hechos): ¿cuáles son los sucesos clave del caso? Cread una línea del tiempo.
- Argumentos: ¿cuáles son los principales argumentos de las partes o posturas involucradas?
- Implicaciones: ¿cómo impacta este caso en las personas implicadas, en la opinión pública, en los medios de comunicación, en las personas que ejercen puestos políticos o en la democracia en general?



The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large orange rounded rectangle with a jagged bottom edge in the upper right; a yellow triangle on the left side; a yellow circle on the right side; a blue circle at the bottom left; and a blue triangle on the right side. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 8

Brújula de valores

SESIÓN 8: Brújula de valores

Dimensión: Publicaciones

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos respetando las ideas, creencias y opiniones de las demás personas (Buenas prácticas).
- Respetar los derechos humanos y la dignidad de las personas en sus publicaciones (MIL).
- Proteger los datos personales y la privacidad en entornos digitales (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora invita al alumnado a una lluvia de ideas en torno al tema *Delitos y riesgos en Internet* y se van anotando en la pizarra, orientando la dinámica hacia la síntesis de los delitos de: ciberacoso, *grooming*, *sextorsión*, *phishing* y uso problemático de las tecnologías o ciberadicción. Se pide que

en pequeños grupos expliquen cada término. Para finalizar se clarifican los términos por parte del o la educadora.

Tiempo: 15 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XVI

Edad preferente: 15-17 años

2. Se asigna a cada pequeño grupo un ciberdelito, solicitando que se describa cuáles son los principales valores de quien comete un ciberdelito (persona, empresa o colectivo) y cómo ve a la(s) persona(s) a quienes vulnera(n). Para esta actividad, utilizar las orientaciones de la Ficha Alumnado 12. Al finalizar,

un representante de cada grupo explicará lo trabajado al grupo en general.

Tiempo: 15 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 12

Edad preferente: 15-17 años



3. El o la educadora entrega la Ficha Alumnado 13 para que elaboren de manera individual la brújula de valores, la cual tendrán en cuenta en el momento de acceder a la información y de crear contenidos en la red.

Tiempo: 20 minutos

Recursos: Ficha Alumnado 13

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión se busca que los y las participantes identifiquen que los mensajes, así como las acciones en Internet, son producto de personas con ideologías, valores y concepciones del mundo diferentes. En algunos casos, las acciones, sobre todo en los delitos, se relacionan con percepciones del mundo que atentan o vulneran los derechos humanos, la convivencia y la democracia. Sin embargo, como *prosumidores* (productor + consumidor), en nuestras manos está transformar el mundo. Por ello, es importante guiar al participante a que reflexione sobre los principios rectores de su actuar en Internet.

La actividad de la brújula de valores puede ampliarse pidiendo al participante plasmar sus compromisos en un molinillo de viento de papel (*origami*).

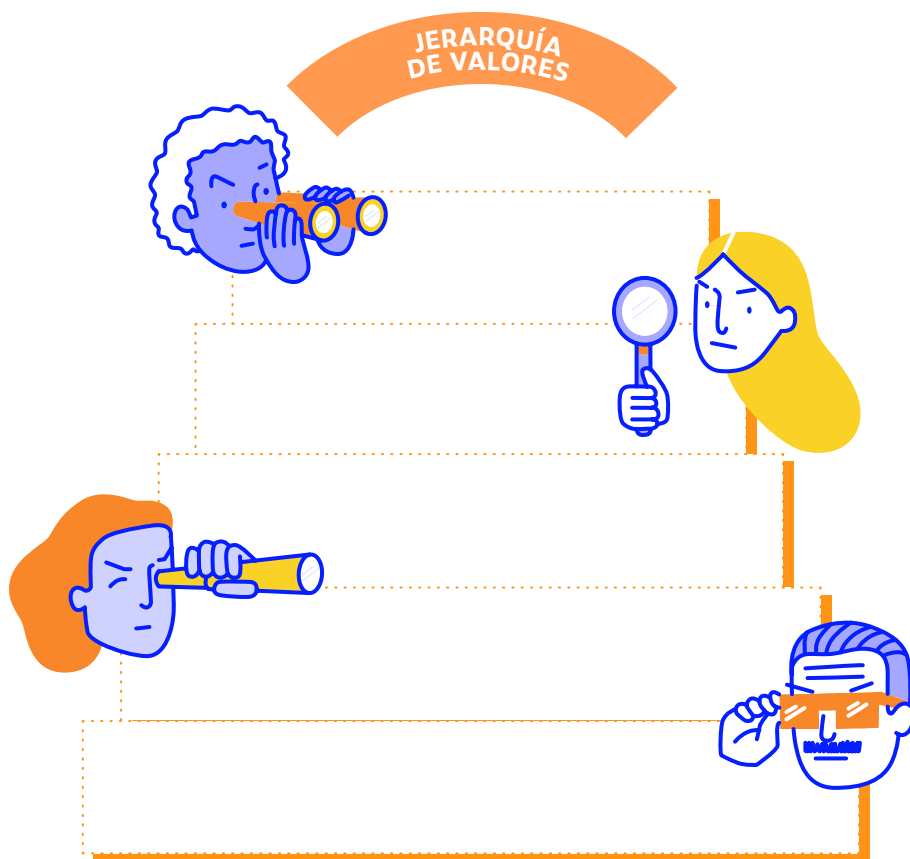
FICHA DEL O LA EDUCADORA XVI

DELITOS Y RIESGOS EN INTERNET

Ciberacoso	Es la intimidación de una persona o grupo a través de Internet. La víctima padece insultos, atosigamiento, intromisión en su vida privada, acoso y persecución.
Grooming	El acoso que sufre una persona menor de edad por parte de un adulto con intenciones sexuales.
Sextorsión	La extorsión que sufre una persona a través de la amenaza de publicar información con contenido sexual de la víctima.
Phishing	Es la obtención indebida de datos personales y financieros, a través de engaños.
Ciberadicción	Es el uso abusivo de Internet y dispositivos móviles. Parte de esa adicción está relacionada con los mecanismos que utilizan las redes sociales para que estemos conectados a través de notificaciones, <i>likes</i> o publicidad sugerida.

FICHA ALUMNADO 12

- Vemos la realidad desde el ángulo por el que optamos (valores y principios) y las gafas (perspectivas) que utilizamos. Cuando una persona o empresa comete un ciberdelito, ¿qué valores consideráis que les mueven? ¿Cómo ven a la(s) persona(s) que vulneran?



FICHA ALUMNADO 13

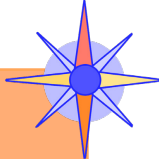
El mundo de Internet y la información está lleno de diferentes parajes. Como en la vida real, algunos lugares son fáciles de transitar y otros son oscuros y debemos tener mucho cuidado. Las brújulas nos ayudan a identificar el norte y a seguir el camino correcto a nuestras metas.

Construye tu brújula de valores para navegar en Internet

Te proponemos que pienses, de manera individual, cuáles son los valores que quieres que orienten tu tránsito por Internet.

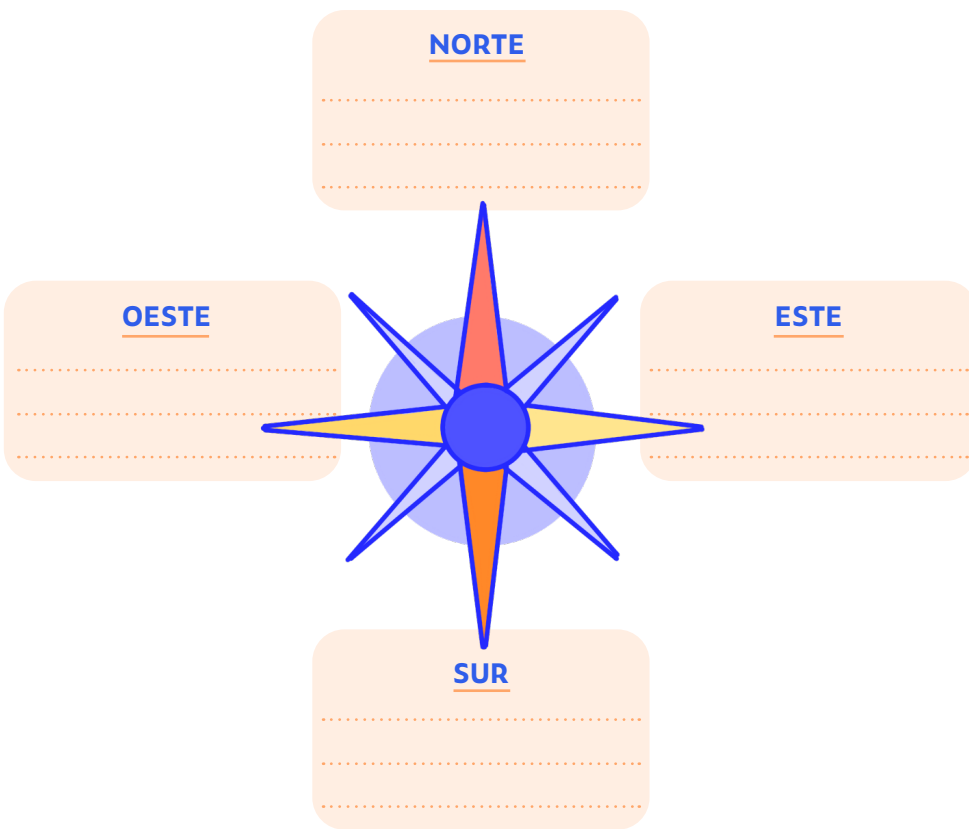
Piensa en los valores que quieres que guíen tus acciones en Internet. Medita sobre las relaciones que establecerás. Reflexiona sobre el tipo de contenido que quieres publicar. Los principios que vas a defender siempre.

Utiliza el siguiente cuadro para organizar tus ideas.



Orientación y aspecto	Valores o principios
NORTE: Respecto al contenido al que accederás y publicarás	
SUR: Al tipo de contactos que establecerás en la red	
OESTE: Al tipo de conductas que tendrás cuando estés on-line	
ESTE: A las transacciones venta y compra de servicios y/o productos	

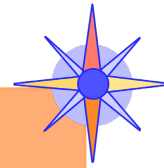
FICHA ALUMNADO 13





SOLUCIONARIO - FICHA ALUMNADO 13

Mi brújula de valores
- EJEMPLO -



Orientación y aspecto	Valores o principios
NORTE: Respecto al contenido al que accederás y publicarás	Responsabilidad, veracidad, ética, respeto
SUR: Al tipo de contactos que establecerás en la red	Asertividad, honestidad, respeto a la intimidad, comprensión, comunicación
OESTE: Al tipo de conductas que tendrás cuando estés on-line	Respeto, inclusión, toleran- cia, empatía, convivencia, solidaridad, igualdad
ESTE: A las transacciones venta y compra de servicios y/o productos	Sostenibilidad, compromiso, seguridad, equilibrio



Sesión 9

Navega a
conciencia

SESIÓN 9: Navega a conciencia

Dimensión: Publicaciones

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos y gustos con respeto y responsabilidad (Buenas prácticas).
- Crear contenidos que fomenten la dignidad de las personas (MIL).
- Proteger los datos personales y la privacidad en Internet (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora organiza pequeños grupos para que realicen la actividad de la Ficha Alumnado 14. En ella, analizarán las letras de varias canciones y en grupo buscarán versionar algunas de esas canciones, teniendo en cuenta la equidad de género y el respeto por los

derechos humanos. Compartir alguna de las versiones de las canciones, de acuerdo con la voluntad de los grupos.

Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 14

Edad preferente: 15-17 años

2. El o la educadora invita al alumnado a sentarse en el suelo en un amplio círculo. En el centro el o la educadora habrá colocado imágenes de las obras de Banksy. Explicará que son obras firmadas por el seudónimo de Banksy; que no se sabe si es una persona o un grupo de artistas, pero se ha hecho muy conocido por los mensajes reivindicativos

de sus obras. Resaltará que con estas obras se busca despertar la conciencia crítica y transformar el mundo en algo mejor. Se dejan unos minutos para que el alumnado las observe y escoja la foto que más le llame la atención. Cada persona expresará las razones por las cuales seleccionó la imagen.



Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XVII

Edad preferente: 12-14 años

3. El o la educadora enseña el círculo de la opresión que aparece en la Ficha del o la Educadora XVIII y guía, con ayuda de las preguntas que se sugieren en la ficha, una reflexión sobre el alcance que tiene en una sociedad el tipo de publicaciones que se difunde.

Tiempo: 10 minutos

Recursos: Ficha del o la Educadora XVIII

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión el o la educadora debe orientar al alumnado a identificar cómo a través de expresiones de la cultura juvenil (música, grafitis, etc.) puede construirse una sociedad igualitaria y que a través del arte se puede confrontar los discursos perjudiciales para las personas, como el machismo, la discriminación, los discursos de odio y el consumismo. Finalmente, ayudarle a comprender que aquello que se publica y distribuye en Internet genera un capital simbólico en la sociedad que puede llevar a que vivamos en un mundo de desconfianza. Sin embargo, como arma de doble filo, las publicaciones con criterios éticos pueden romper los círculos de opresión y construir un mundo más democrático y equitativo para hombres y mujeres.



Quizás el alumnado desconozca la diferencia entre estereotipo y prejuicio. Si es necesario aclararlo, el o la educadora puede introducir las diferencias a partir del siguiente material.

Martínez-Salanova Sánchez, Enrique (2012). Estereotipos, Arquetipos Prototipos y Otros Tipos. *Comunicar*, XIX (38), 194-197. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=15823083023>

Así mismo, es una sesión en la cual el o la educadora puede cambiar las canciones y obras de arte, contextualizándolas al entorno cultural de los y las participantes, sin necesidad de cambiar las preguntas y las sugerencias de análisis.

FICHA ALUMNADO 14

En 2020 la cantante Beatriz Luengo respondió a Maluma versionando una canción suya. A continuación, podrás observar la letra de Maluma y la letra de Beatriz Luengo. En pequeños grupos lee y compara las dos versiones de la canción «Hawái» y responde las preguntas que aparecen al final.

Maluma - Hawái

Deja de mentirme
La foto que subiste con él diciendo que era tu cielo
Bebe yo te conozco también sé que fue pa' darme celos
No te diré quién, pero, llorando por mí te vieron, por mí te vieron

Déjame decirte
Se ve que él te trata bien que es todo un caballero
Pero eso no cambiará que yo llegue primero
Sé que te va ir bien, pero, no te quiere como yo te quiero

**Puede que no te haga falta na' Aparentemente na' Hawái de vacaciones, mis felicitaciones
Muy lindo en Instagram lo que posteas, pa' que yo vea
Como te va, pa' que yo vea**

**Puede que no te haga falta na' Aparentemente na' Hawái de vacaciones, mis felicitaciones
Muy lindo en Instagram lo que posteas, pa' que yo vea
Como te va de bien, pero te haces mal, porque el amor no se compra con na**

Miéntele a todos sus seguidores
Dile que los tiempos de ahora son mejores
No creo que donde te llame me

Beatriz Luengo - Hawái

Deja de mentirme
La foto que subí con él diciendo que era mi cielo
Te tiene sufriendo por mí con un ataque de celos
Y dices que estás bien, pero, hace tiempo que no eres sincero (Niño, mira)

Déjame decirte
Pues vas contando por ahí que yo por ti me muerdo
Revisas mi estado en WhatsApp para ver si hay alguien nuevo
Ya me olvidé de ti, ya ves, no me escribas más, que no te leo

**Sabes que no me hace falta na' Absolutamente na' Hawái de vacaciones, feliz por mil razones
Perfil falso en Instagram, pa' que no vea,
cómo me chequeas, pa' que no vea**

**Sabes que no me hace falta na' Absolutamente na' Hawái de vacaciones, feliz por mil razones
Perfil falso en Instagram, pa' que no vea
cómo me chequeas,
Él me trata bien y todo es real
Lo siento no lo puedas superar**

Miéntele a todos sus seguidores (Diles)
Que ya no me dedicas canciones (No creo)
Y finge que eres un *latin lover*

FICHA ALUMNADO 14

ignores
Si después de mí ya no habrá
más amores

Tú y yo fuimos uno
Lo hacíamos en ayunas antes
del desayuno
Fumábamos la *hooka* y te pasa-
ba el humo
Y ahora estamos en guerra no
gana ninguno

Si me preguntas
Nadie tiene culpa
A veces los problemas a uno se
le juntan
Déjame hablar porfa no me
interrumpas
Si te hice algo malo entonces
discúlpame
La gente te lo va a creer, actúas
bien ese papel
Pero no eres feliz con él

**Puede que no te haga falta na'
Aparentemente na'
Hawaii de vacaciones, mis felici-
taciones
Muy lindo en Instagram lo que
posteas, pa' que yo vea
Como te va, pa' que yo vea**

**Puede que no te haga falta na'
Aparentemente na'
Hawaii de vacaciones, mis felici-
taciones
Muy lindo en Instagram lo que
posteas, pa' que yo vea
Como te va de bien pero te
haces mal, porque el amor no se
compra con na**

Que vas de una a otra y no hay
quien te enamore

Mira, escucha, piensa
Aprende a hacer feliz y si viene
otra pa' que aprendas
Que a mí nadie me compra por
pagarme una cuenta
Tendrás que amar mejor porque
ser guapo no alimenta

Si te preguntas
quién tiene la culpa
Tus celos enfermizos con tu ego
se juntan
Si un hombre me da *like* en una
foto te insultas
Pidiendo que la borre y si provo-
co es mi culpa, ¿y qué?
Perdón si llegaste a creer
Que yo te iba a pertenecer (no,
no)
Yo nunca fui tuya, bebé

**Sabes que no me hace falta na'
Absolutamente na'
Hawái de vacaciones, feliz por
mil razones
Perfil falso en Instagram, pa'
que no vea,
cómo me chequeas, pa' que no
vea**

**Sabes que no me hace falta na'
Absolutamente na'
Hawái de vacaciones, feliz por
mil razones
Perfil falso en Instagram,
Pa' que no vea cómo me che-
queas
Él me trata bien y todo es real
Lo siento no lo puedas superar**

Deja de mentirme
La foto que subí con él diciendo
que era mi cielo
Te tiene sufriendo por mí con un
ataque de celos
Y dices que estás bien, pero,
hace tiempo que no eres sincero

La Bea, *baby*
Pretty girl

FICHA ALUMNADO 14

Observa la letra de las canciones que aparecen en la siguiente página y responde:

1. ¿Crees que existe el lenguaje sexista en canciones? ¿Crees que se puede calificar como «machista» una canción?

.....
.....
.....

2. ¿Cuál es la imagen de la mujer que transmiten estas canciones?

.....
.....
.....

3. ¿Se transmite esta imagen en otro tipo de publicaciones de Internet (redes sociales, series, películas, vídeos...)?

.....
.....
.....

4. ¿Qué significa la frase «chingan cuando yo les digo / Ninguna me pone pero»? ¿Y la frase «No me puse la vacuna, esta noche estoy animal / Con rabia, parcero, fue que la salpiqué»? ¿Qué es ser una «mala mujer» según las palabras de C. Tangana?

.....
.....
.....

5. Estas canciones tienen más de un millón de visualizaciones en Youtube. Más concretamente, «Cuatro babys» tiene más de 1.007.052.278 (Marzo de 2022). ¿Crees que tienen alguna influencia en la gente? Explica brevemente tu punto de vista.

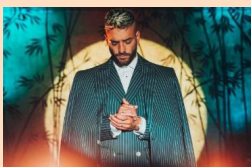
.....
.....
.....

FICHA ALUMNADO 14

Cuatro Babys (Maluma)

«...
Estoy enamorado de
cuatro babies
Siempre me dan lo que
quiero
Chingan cuando yo les
digo
Ninguna me pone pero

Dos son casadas
Hay una soltera
La otra medio psycho
y si no la llamo se
desespera
... »

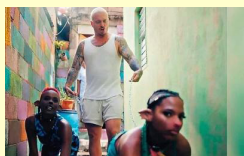


Perra (J Balvin y Tokischa)

«...
Vamo' a encantarno'
como perro' viralata
Soy perra callejera con
la popola de raza
Te come' este Purina,
vamos pa' la perrera
Quedémono'
engancha'o en medio
de la carretera (ey, ey,
ey)

Yo soy una perra en
calor
'Toy buscando un perro
pa' quedarno' pega'o
Ey, eres una perra en
calor (ajá)
Y estás buscando un
perro pa' quedarte
pega'
Yo soy una perra en
calor
'Toy buscando un perro
pa' quedarno' pega'o
Ey, eres una perra en
calor (ajá)
Y estás buscando un
perro pa' quedarte
pega' (ja, ey, ey)
Cuida'o, que este perro
anda sin bozal (yeah)

No me puse la vacuna,
esta noche estoy
animal
Con rabia, parcero, fue
que la salpiqué
Bajamo' trucho de
Colombia pa' RD
... »



Mala mujer (C. Tangana)

«...
Tú lo que eres es una
ladrona
Que me has llevado a
la ruina
Te has llevado mi
corazón, mi orgullo, mi
pasta, mi paz, mi vida
Tú lo que eres es una
ladrona (Ladrona)
Que me has llevado a
la ruina (A la ruina)
Te has llevado mi
corazón, mi orgullo, mi
pasta, mi paz, mi vida
(Mi vida)
Mala mujer, mala
mujer
Me han dejado
cicatrices por todo mi
cuerpo tus uñas de gel
Mala mujer, mala
mujer
Me han dejado
cicatrices por todo mi
cuerpo tus uñas de gel
... »



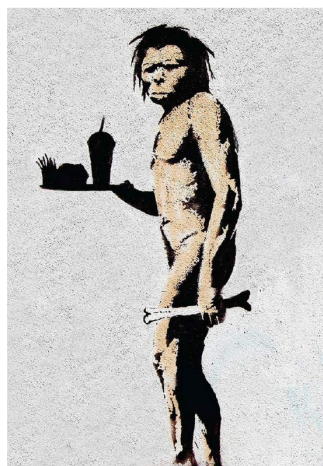
FICHA DEL O LA EDUCADORA XVII



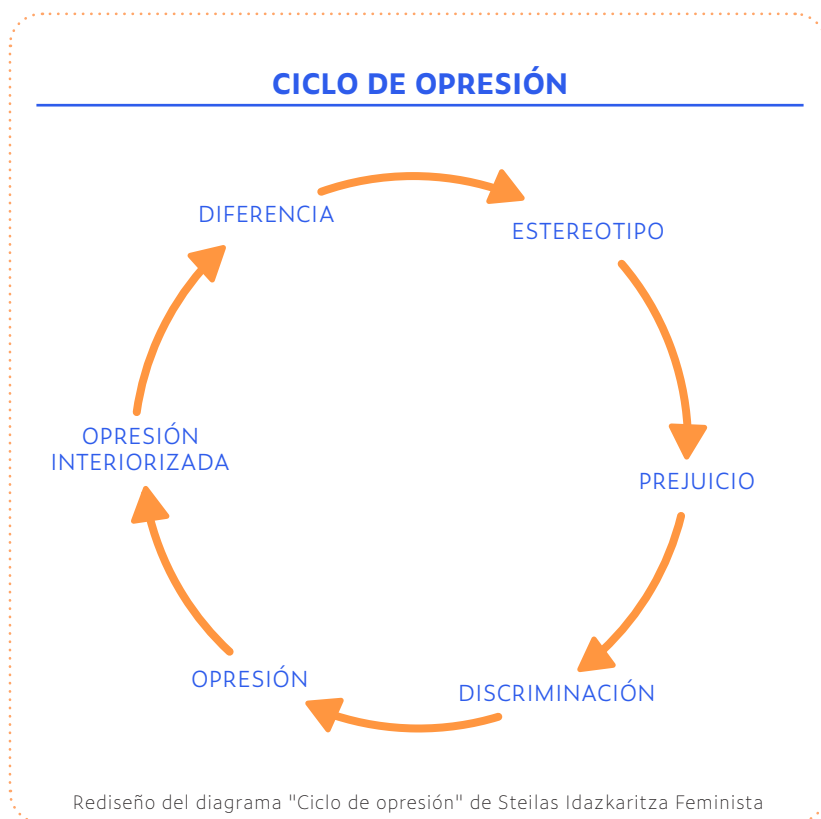
FICHA DEL O LA EDUCADORA XVII



FICHA DEL O LA EDUCADORA XVII



FICHA DEL O LA EDUCADORA XVIII



- En las letras de las canciones, ¿crees que se utiliza los estereotipos sobre las mujeres para cultivar imaginarios machistas?
- En las obras de Banksy, ¿qué utilidad tienen los estereotipos?
- En las publicaciones que realizas, ¿qué utilidad tienen los estereotipos? ¿Qué pensamientos fomentan? ¿Qué sociedad construyen?



Sesión 10

Dime cómo te
expresas en la red

SESIÓN 10: Dime cómo te expresas en la red

Dimensión: Relaciones

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos y gustos con respeto y responsabilidad (Buenas prácticas).
- Reflexionar sobre los contenidos y actuar en consonancia con lo aprendido (MIL).
- Comprender las normas de comportamiento en entornos virtuales (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora organiza seis grupos de trabajo para realizar una lectura compartida del artículo de prensa titulado «La desinhibición online o por qué somos tan groseros en Internet» que aparece en la Ficha Alumnado 15. El o la educadora pide que cada grupo centre la lectura en la introducción y en una de las seis causas que expone el artículo. Al finalizar la lectura, cada grupo debe escoger a un relator que explique al grupo una de las causas. Mientras se comparte la información, el o la educadora

tendrá escritas las seis causas en el tablero. Puede aprovechar la información de la Ficha del o la Educadora XIX.

Para finalizar, de manera individual, completan la Ficha Alumnado (16) en la cual se les pide reflexionar sobre la experiencia de desinhibición online.

Tiempo: 25 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 15, Ficha Alumnado 16, Ficha del o la Educadora XIX

Edad preferente: 12-14 años

2. El o la educadora reparte *post-it* de colores al alumnado. Por lo menos 4 a cada uno. Les

explica que existe el significado de **netiqueta**, que, según la RAE, es el conjunto de nor-





mas de cortesía que regula el comportamiento de los usuarios y la comunicación en Internet. Pide al alumnado que piense en las normas de cortesía que consideran deberían existir en la red y las ubique en el cuadro que aparece en la Ficha del o la Educadora XX. Al finalizar

hacer un comentario general sobre las conductas más repetidas.

Tiempo: 15 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XX

Edad preferente: 12-14 años

3. El o la educadora organiza grupos pequeños y pide que completen la Ficha Alumnado 17. En ella deben escribir un comentario de 140 caracteres que cumpla con una serie de ítems. Al terminar los grupos, se

seleccionan algunos ejemplos para compartirlos y comentarlos entre todos y todas las participantes.

Tiempo: 10 minutos

Recursos: Ficha Alumnado 17



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión el o la educadora debe orientar a los y las participantes a identificar que en el entorno digital un comportamiento adecuado contribuye al bienestar de las personas y de la sociedad. Así mismo, hacerles conscientes de los beneficios de un trato cordial, empático y asertivo. Reflexionar sobre la importancia de la comunicación cordial en las relaciones interpersonales. Igualmente, rescatar como las buenas conductas, en todos los entornos, permiten construir espacios seguros para todas las personas. Los espacios seguros son importantes para poder desarrollar la identidad y crecer en todos los aspectos de la vida, a lo largo de todos los ciclos, sobre todo en la adolescencia.



El o la educadora, podría previamente informarse sobre el concepto de desinhibición online y Netiqueta o en inglés *Netiquette*.

FICHA ALUMNADO 15

Artículo de periódico

La desinhibición online o por qué somos tan groseros en Internet

Hace tiempo que el lema «don't feed the troll» –literalmente, «no alimentes al troll»– se extendió entre blogueros, administradores y autores de contenidos en Internet

Por Rubén Díaz Caviades

27/02/2012 - 06:00 Actualizado: 02/12/2014 - 13:08

Fuente: https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2012-02-27/la-desinhibicion-online-o-por-que-somos-tan-groseros-en-Internet_522346/

INTRODUCCIÓN

Hace tiempo que el lema «*don't feed the troll*» –literalmente, «no alimentes al troll»– se extendió entre blogueros, administradores y autores de contenidos en Internet para reivindicar una consigna clara: practicar la indiferencia ante los llamados *trolls*, aquellos que acuden a foros, chats y post de comentarios en Internet con el único objetivo de crear confrontación. La red, en efecto, está repleta de intercambios indiscriminados de improperios, exabruptos anónimos sin razón aparente e interminables discusiones entre usuarios que son de todo menos edificantes. Si algo está claro a estas alturas de la cultura 2.0 es que los seres humanos somos menos amables en línea que en persona y más proclives a la ofensa, la grosería y el mal gusto de lo que invitaba a pensar el entusiasmo con que emprendimos en los años noventa aquel proyecto tan bonito de la autopista de la información. Autores como John Gabriel –que lo bautizó como GIFT, Greater Internet Fuckwad Theory– Karen Kleiss y especialmente, el psicólogo John Suler, que le dio el nombre de efecto de desinhibición online, han estudiado su naturaleza y localizado sus causas entre algunos de los mecanismos más básicos de la interacción humana.

FICHA ALUMNADO 15

CAUSAS DE LA DESINHIBICIÓN ONLINE

1. Invisibilidad

¿Quién no ha escrito alguna vez en Internet «jajaja» sin hacer siquiera una mueca de risa? ¿Quién no ha utilizado un *smiley* para implementar una frase, porque sin un gesto facial–y en eso es en lo que consiste un *smiley*– ésta resultaba confusa? El anonimato en Internet es solo una ilusión. Ese pequeño portento que es nuestro cerebro no se diseñó para hablar con alguien sin verlo u oírlo físicamente. Cuando utilizamos un foro, un chat o un post de comentarios nos dirigimos a personas virtualmente invisibles. Si lo hacemos sin problema es gracias a nuestra inteligencia adaptativa, pero aun así hay pequeños cambios en cómo nos hablamos los unos a los otros. La comunicación no verbal tiene un peso fundamental cuando hablamos con los demás, y tan importante como controlarla en la realidad cotidiana lo es controlarla en Internet. Si prescindimos del *smiley* y de otros recursos no estrictamente verbales –en un contexto virtual formal, por ejemplo– tendremos que ser capaces de expresar con exactitud no solo lo que queremos decir, sino cómo queremos decirlo. Esta sensación de invisibilidad también lleva a muchas personas a caer en la ilusión del anonimato: si no me ves, soy una persona anónima. Y ejercen con despreocupación algunas de sus ventajas –la impunidad, por ejemplo, o la exención de responsabilidad– sin pensar que, en realidad, ese anonimato es solo una ilusión.

2. Anonimato disociativo

En los comentarios de un vídeo de Youtube sobre una famosa cineasta española –que no enlazaremos–, el más amable es el que dice que «Este tipo de personajes me revuelven el estómago». Muchos otros comentarios contienen exabruptos, insultos machistas y hasta amenazas precedidas de la alusión al propio criterio –«en mi opinión es una perra», podemos leer– como si nuestra desafección por un personaje nos diese legitimidad para vejarlo públicamente. Todos dejamos un

FICHA ALUMNADO 15

rastró de migas en Internet. El internauta piensa que, en Internet, nadie le conoce. Es algo favorecido por la invisibilidad de nuestros contertulios, pero también por las propias convenciones de la red, que en la mayor parte de las ocasiones no obligan a la inscripción con el propio nombre, sino bajo un seudónimo. Algunas personas parten de la noción de que nadie les conoce para comunicarse en Internet de forma diferente a como lo hacen en el día a día –superando la timidez, por ejemplo–, mientras que otras no tienen inconveniente en saltarse las más elementales normas de la convivencia –la educación, la expresión amable o el trato respetuoso hacia los demás– creyendo que su identidad está a buen recaudo. Aunque respetar al prójimo es más una convicción personal, no hay que olvidar que todos dejamos un rastro de migas en Internet al final del cual está nuestra identidad: la IP de nuestra conexión o nuestras cookies, por ejemplo. Ni que decir, por supuesto, que el derecho al propio honor es una figura legal tan vigente en Internet como en cualquier otro sitio.

3. Solipsismo y proyección

Todos hemos leído en foros, chats o comentarios frases como «tú y los que sois como tú», «yo a estos me los conozco a todos» o «el autor de este contenido es» de tal o cual manera. Y cuando descubrimos que Esponza Aguirre, el alter ego paródico de Esperanza Aguirre en Twitter, es en realidad un hombre, muchos nos llevamos una sorpresa. ¿Por qué? Como no vemos al interlocutor, tendemos a reconstruirlo. La ausencia de referentes visuales en nuestro interlocutor –y el desconocimiento de las características en que acontece su emisión comunicativa– tiene otra consecuencia: tendemos a reconstruirlo en nuestra cabeza. Cuando leemos un mensaje de otra persona sin tener idea de su edad, su sexo, su aspecto o su extracción sociocultural no podemos evitar imaginárnosla y, a la hora de responderla, utilizar esta imagen reconstruida para dirigirnos a ella. Es una necesidad humana porque, como se ha indicado, nuestra psique lleva muy mal eso de no conocer, ver u oír a su interlocutor. Tenemos que ser cons-

FICHA ALUMNADO 15

cientes, no obstante, de que la persona que imaginamos tiene mucho más que ver con nosotros que con ella misma: es un personaje basado en el estereotipo al que dotamos de atribuciones según sean nuestras expectativas, deseos y miedos. No podemos hacer otra cosa, lógicamente, más allá de tener presente que una cosa es aventurar las características de personas o hechos que desconocemos y otra muy distinta, darlas por sentado. Muchos internautas que incurren en el comportamiento antisocial lo hacen porque, en realidad, asumen por tajantemente ciertas cosas que en realidad no lo son –y proceden incluso a negar que lo sean.

4. Asincronismo

Internet es un medio de comunicación asincrónico: la interacción no ocurre en tiempo real, sino con largos intervalos de tiempo entre una pregunta y una respuesta o entre una frase y su reacción. Esto afecta a nuestra inhibición, ya que a veces dejamos mensajes solo porque su receptor no lo leerá inmediatamente, dándonos tiempo a huir. En este tipo de actitudes abundan quienes llegan a una web, dejan un mensaje crudo u ofensivo y jamás vuelven para comprobar cuáles han sido las reacciones –lo que más que un hecho comunicativo es un ejercicio de exhibicionismo o una simple catarsis verbal. El asincronismo, no obstante, sí puede favorecer comportamientos no tan reprobables: es el retardo lo que permite a muchas personas elaborar mensajes más complejos o mejor expresados que los que suelen emplear en la comunicación verbal, lo que siempre enriquece el discurso.

5. Imaginación disociativa

Pensamos en la red como si no fuera un medio comunicativo, sino un espacio. Es muy significativo que con frecuencia nos refiramos a Internet como «ciberespacio» o «mundo virtual»: pensamos en la red como si en lugar de tratarse de un medio comunicativo o un soporte documental, fuera un espacio. Uno paralelo, en todo caso, o disociado del real, que como lugar que es –virtual, pero lugar, a fin de cuentas– obedecería a

FICHA ALUMNADO 15

su propio código de conducta. Muchas personas de ordinario educadas y amables en su vida social cultivan una personalidad distinta en Internet, a veces solo ligeramente, a veces radicalmente, pues no le conceden a la red más importancia a efectos comunicativos de la que tendría un videojuego o una realidad virtual.

6. Minimización de la autoridad

Hace solo unos días, el mensaje que un usuario de Twitter le dirigía al humorista y presentador Andreu Buenafuente le reprochaba que «no contestaba a los tweets» porque, según el usuario, tal no le reporta al *showman* ningún rédito. En realidad, críticas como ésta son constantes en la red social del pajarito, donde muchos usuarios se sienten frustrados porque sus ídolos no les atienden cuando hacen por llamar su atención. La invisibilidad, el anonimato o pensar en Internet como si fuera una realidad paralela da pie a un fenómeno curioso: con frecuencia, el estatus de las personas no se traslada a sus identidades en Internet. Los seres humanos somos animales gregarios y, como tal, pensamos y nos organizamos siempre en términos de superioridad o inferioridad –social, política o intelectual–. Por alguna razón, no obstante, hay quien piensa que Internet se sustrae de este comportamiento que, aunque pueda sonar severo, no es más que pragmático.

Esto fomenta el tratamiento desde la informalidad, por ejemplo, prestar poca atención a la sintaxis y la ortografía o la desaparición de las fórmulas de cortesía, cuando no otros comportamientos verbales completamente imprudentes. Muchos internautas pretenden conseguir una respuesta de su ídolo ideológico –un autor, por ejemplo, o un político– o artístico sin percatarse de que ese ídolo tiene cientos de mensajes similares al día; otros pretenden emprender una confrontación con ellos y solo consiguen indiferencia, inconscientes de que en la vida real –y fuera de las instituciones previstas al efecto– las personas desconocidas normalmente no se tratan entre sí para debatir. En general, muchos reaccionan con frustración ante la indiferencia, lo que da pie a la agitación pública del propio enfado.

FICHA DEL O LA EDUCADORA XIX

La desinhibición online o por qué somos tan groseros en Internet

1. Invisibilidad

2. Anonimato disociativo

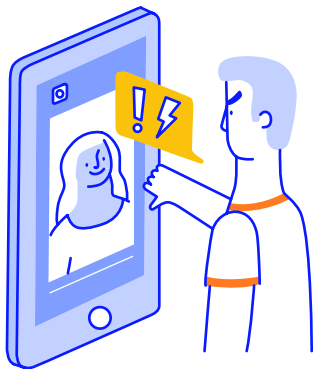
3. Solipsismo y proyección

4. Asincronismo

5. Imaginación disociativa

6. Minimización de la autoridad

FICHA ALUMNADO 16



- Quizás, alguna vez, has tenido un comportamiento grosero o inapropiado en Internet. Descríbelo.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Y, ¿por qué lo hiciste?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Ahora que lo puedes ver con perspectiva, ¿cuál crees que sería la alternativa para expresar lo mismo, pero siendo educado o educada? ¿Cómo te expresarías?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

FICHA DEL O LA EDUCADORA XX

PIENSA EN NORMAS QUE ...

HUMANIDAD	IDENTIDAD DIGITAL	CONOCIMIENTO	PRIVACIDAD
Ayuden al mundo y a las personas a ser mejores y vivir en un entorno real y digital de convivencia	Te ayuden y ayuden a las personas a mejorar su autoestima y a construir una autoimagen digna	Ayuden al respeto de las lenguas y contribuyan al saber sobre las ciencias (naturales y sociales)	Contribuyan a que la información de las personas no sea conocida por terceros sin autorización.



SOLUCIONARIO - FICHA DEL O LA EDUCADORA XX

Normas de cortesía en Internet - *EJEMPLO* -

HUMANIDAD	IDENTIDAD DIGITAL	CONOCIMIENTO	PRIVACIDAD
Ayuden al mundo y a las personas a ser mejores y vivir en un entorno real y digital de convivencia	Te ayuden y ayuden a las personas a mejorar su autoestima y a construir una autoimagen digna	Ayuden al respeto de las lenguas y contribuyan al saber sobre las ciencias (naturales y sociales)	Contribuyan a que la información de las personas no sea conocida por terceros sin autorización.
<input checked="" type="checkbox"/> Seremos empáticos. Tendremos presente que tras la pantalla también hay una persona.	<input checked="" type="checkbox"/> Seremos honestos con nosotras mismas y con los demás.	<input checked="" type="checkbox"/> Valoraremos el conocimiento científico y no difundiremos información falsa.	<input checked="" type="checkbox"/> Respetaremos los deseos y las necesidades del otro, así como los propios.
<input checked="" type="checkbox"/> Tendremos una actitud inclusiva y actuaremos con principios de igualdad.	<input checked="" type="checkbox"/> Tendremos presente que la vida real ocurre fuera de las pantallas.	<input checked="" type="checkbox"/> Respetaremos los derechos de los hablantes de lenguas minoritarias.	<input checked="" type="checkbox"/> No abusaremos de los privilegios o de las ventajas que podamos tener.
<input checked="" type="checkbox"/> ...	<input checked="" type="checkbox"/> ...	<input checked="" type="checkbox"/> ...	<input checked="" type="checkbox"/> ...

FICHA ALUMNADO 17

1. En parejas, buscar un contenido en Internet que puedan comentar.
2. Redactar un comentario de 140 caracteres. Que cumpla con los ítems que aparecen en la siguiente tabla y contrarreste las consecuencias negativas de la desinhibición online. Leerlo al grupo y comentarlo.

COMENTARIO DE 140 CARACTERES

.....

.....

.....

.....

.....

FICHA ALUMNADO 17

Ítems para verificar los comentarios en Internet	CHECK
¿Mantendría mi opinión delante de mis amigos, familiares y el o la educadora si me preguntan sobre ello?	
Si, hipotéticamente, me hicieran una entrevista sobre el asunto, ¿podría repetir mi opinión y argumentarla?	
Al publicar mi comentario, mis emociones están tranquilas y en armonía.	
Utilizó palabras adecuadas. Entiendo todos los conceptos de los que hablo.	
El lenguaje que utilizo es educado. Libre de groserías y amenazas.	
Mi comentario respeta la diversidad sexual, cultural y religiosa de todas las personas.	
El lenguaje que utilizó es inclusivo y respetuoso con la igualdad de género.	
Lo que digo está basado en datos verdaderos.	
Mi comentario es inspirador.	
Estoy respetando la Declaración de los Derechos Humanos (1948).	

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large rounded rectangle in the top right, a yellow triangle on the left, a yellow circle on the right, a blue triangle on the right, and a blue circle at the bottom. A dashed yellow line connects the yellow triangle to the blue circle.

Sesión 11

Hasta que la
dignidad se haga
costumbre

SESIÓN 11: Hasta que la dignidad se haga costumbre

Dimensión: Relaciones

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos y gustos con respeto y responsabilidad (Buenas prácticas).
- Crear contenidos que fomenten la dignidad de las personas (MIL).
- Comprender el impacto medio ambiental de las tecnologías (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-17 años

ACTIVIDADES

1. El o la educadora presenta algunos ejemplos de vídeos virales que fomentan los derechos humanos, la inclusión y la ecología que aparecen en la Ficha del o la Educadora XXI. Al terminar, pide que completen la Ficha Alumnado 18 donde se pregunta por los sentimientos que le han suscitado.

Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha del o la Educadora XXI, Ficha Alumnado 18

Edad preferente: 15-17 años

2. En el mismo lugar o caminando por el salón, reflexiona sobre la capacidad que los jóvenes tienen de transformar el mundo en el que viven. Hay muchos ejemplos a lo largo de la historia que demuestran que la juventud tiene la valentía de hacer que el mundo sea más

justo y digno para todos. En este momento, después de la pandemia mundial, con la emergencia y el cambio climático y con mucha violencia alrededor del mundo, más que nunca se necesita de una juventud comprometida. Y a través del uso responsable y crítico



de los medios de comunicación y los dispositivos móviles se puede contribuir.

La música es una herramienta poderosa para la denuncia social y para llenar de esperanza a las personas que luchan a favor de un mundo más justo, inclusivo y equitativo. A continuación, os mostramos algunas canciones en euskera, gallego, catalán y español. Algunas de ellas denuncian situaciones injustas y dolorosas que encontramos hoy en día, mientras

que otras hacen una llamada al compromiso social y a la acción hacia un mundo mejor.

El o la educadora coloca la canción que ha elegido y pide al alumnado que se apropie de la letra de la canción, reflexione sobre su mensaje e intente comprometerse con el mundo que a gritos pide un cambio.

Tiempo: 20 minutos

Recurso: Ficha Alumnado 19

Edad preferente: 15-17 años

3. El o la educadora pide al alumnado que reflexione sobre las cinco dimensiones del uso responsable y crítico de Internet y los dispositivos móviles (*Hábitos de uso, Gestión de datos, Contenidos y Descargas, Publicaciones y Relaciones*). Entre todos construirán un decálogo

de buenas prácticas para su vida cotidiana como grupo.

Tiempo: 10 minutos

Recursos: Escribir en la pizarra las cinco dimensiones.

Edad preferente: 15-17 años



Recomendaciones para el o la educadora

En esta sesión se pretende generar en el alumnado un compromiso de transformación con su realidad a través del uso responsable y crítico de Internet y de los dispositivos móviles.



Es importante despertar en los y las participantes la motivación por hacer cosas por su comunidad, por ver que, en sus acciones, por mínimas que sean, construyen la sociedad en la que viven. En este sentido, se recomienda el visionado de la película «El niño que domó al viento» (2019) del director Chiwetel Ejiofor.

Abrir ventanas a nuevas lenguas, nueva música, nuevos mensajes y nuevos artistas también forma parte del proceso educativo. Asimismo, es una forma de enseñar a valorar la diversidad artística, cultural y lingüística y desarrollar las competencias interculturales promovidas por la UNESCO (2017).

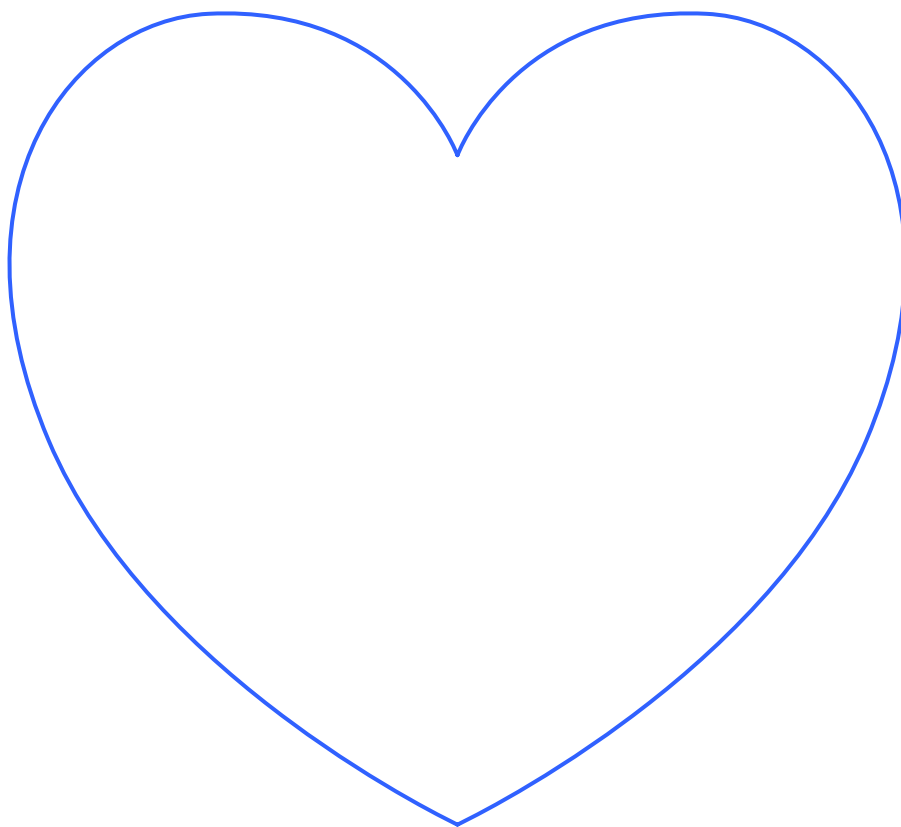
FICHA DEL O LA EDUCADORA XXI

Enlaces a vídeos

Título	Enlace	Tiempo
Motxila 21	https://youtu.be/HnhW4Z5JePM	
Pensando en los demás	https://youtu.be/8-mPRGLpzPO	
La isla de las flores	https://youtube.com/watch?v=T1eU7_yqrpc	
Cuerdas	https://youtube.com/watch?v=4INwx_tmTKw	
Binta y la gran idea	https://youtu.be/meLXFLI1FE8	

FICHA ALUMNADO 18

- Plasma en la figura del corazón los sentimientos que han despertado en tí los vídeos. ¿Qué vibraciones han despertado en tí? ¿Qué fibras han tocado?



FICHA ALUMNADO 19

Gure kaiola - Glaukoma

Ze guapa zauden. Ze guapo zauden.

Zer da narratsa hemen ta zer da elegantea? Zeinek esan behar dizu oain itsusia zeala?

Zeinek marraztu digu koadrantea? Zein dao erotuta ta zein da kabala?

Ilusio bat da errealitatea, ta gizonen bizio bat denai araua jartzea. Norbeantzako horma bat da normalitatea. Baino nik ez det izan nahi normala. Ta zuk ezta re!

Etzealako artalde hontako zifra bat, etzea sartzen trajen. Gezurren saren eroitzeie makina bat, goitik datorren papila jaten.

Beldurren aurren, heldu makila ta goazen, pareta mila dauzkeu ta gure paren. Eta erreza ez dan arren, kareta kenduta zaude-nen... ai! Ez dakizu ze sexy zauden.

**Ze guapo zauden mozo-
rroik gabe, ta artaldek
esan dezala Beeee
Ze guapa zauden horren**

Tempestades de sal - Sés

Nesta terra que fai testamento,
que acolle os lamentos e anima a olvidar,
infectada de sangue usu-reiro,
caciques modernos, mece-nas do mal.
Vivo dentro dun monte de area
tinguido de brea que non limpa o mar,
coa esperanza de tomar alento
para ver o momento de nos libertar.

**Mais aínda seguimos aquí
a aturar tempestades de
sal,
resistindo a violencia de
mans
desas serpes e cans que
nos queren calar.
Compañeiras nos sonhos do
Edén,
unha illa no medio do mar,
que iluminan o loito máis
negro,
que esquece o desterro e o
medo a loitar.**

Cando as marcas se gravan a ferro
e a dor e a xenreira non deixan sorrir,
as penurias van alén da fame
falta a identidade que axu-

FICHA ALUMNADO 19

lotsagabe, estereotipo danak hausten. Ze guapo zauden mundu hau aldatzen, zure rola zalantzan jartzen. Ze guapa zauden. Ze guapo zauden.

Gizontasun eredu nik izan nun Action Man, zure emetasun modelo Barbie bat zan. Eztao generoik genitaletan. Egitura mentala da, aber sartze zaigun gaztan!

Horregatik jartzen gaitue dietan, ta danak die Barbie ta Ken telebista ta aldizkarietan. Hitzeite ez dun haurran begietan Disney-en mai-tasunaren fabula. Ipuin honen hasiera.

Nortasunen banaketan, zu woman eta ni man, bakoitza bere ziegan. Nere heziketan dauden urrezko hesietan. Zure etiketak dauzken gezur ariketak.

Eredu bezela euki diteun figura patriarkalak. Pornografia izan da gure heziketa sexuala. Heteroarau honen aizkorakaden ezpala. Hau ez da gizarte naturala. Ez du izan nahi.

da a vivir.
Só se calma o ruído da raiba
coa forza que queima na gorxa ao berrar:
queremos curar a fende-dura,
olvidar a tristura e voltar comezar.

Mais aínda seguimos aquí a aturar tempestades de sal, resistindo a violencia de mans desas serpes e cans que nos queren calar. Compañeiras nos sonhos do Edén, unha illa no medio do mar, que iluminan o loito máis negro, que esquece o desterro e o medo a loitar.

Nesta terra que fai testamento,
que acolle os lamentos e anima a olvidar,
infectada de sangue usu-reiro,
caciques modernos, mece-nas do mal.
Vivo dentro dun monte de area
tinguido de brea que non limpa o mar,
coa esperanza de tomar alento
para ver o momento de nos libertar.

FICHA ALUMNADO 19

Kapitalai halaxe komeni zaio, dominazio sistema bereizketan jaio da. Testikulo gutxigo ta sentimendu gehio. Gizonezko bezela hautsi nahi det gure kaiola.

Bestelako aukerak

Trakamatraka, La Basu feat. Aneguria DJ

Errefuxiatuena, IZARO feat. Mikel Urdangarin

25. artikulua, IDOIA feat. Eñaut Elorrieta

Itxura, ETS

**Mais aínda seguimos aquí a aturar tempestades de sal,
resistindo a violencia de mans
desas serpes e cans que nos queren calar.
Compañeiras nos soños do Edén,
unha illa no medio do mar,
que iluminan o loito máis negro,
que esquece o desterro e o medo a loitar.**

Outras opcións

Guadi Galego, Matriarcas

Sementar de Vencer, Sés

No Son Fada, Sés

Pano Corado, Tanxugueiras

FICHA ALUMNADO 19

Agafant l'horitzó - Txarango (ft. G. Humet, Aspencat, C. Freixas, Les Kol-lontai i Ascensa Furore)

Tenim futur, tenim memòria.
Foc a les mans per teixir la
història.
Portem en elles un llarg
camí.
Viure vol dir prendre partit.

No volem fum, no volem
dreceres.
Aquí no venim a fer volar
banderes.
Comptem amb tu, ara no
pots fallar.
Un dia u per tornar a co-
mençar.

**Gent de mar, de rius i de
muntanyes.
Ho tindrem tot i es parlarà
de vida.
Gent de mar, de rius i de
muntanyes.
Ho tindrem tot i es parlarà
de vida.**

**Anem lluny, serem molts
empenyent endavant.
Qui sembra rebel·lia, recull
la llibertat.
Que no ens guanyi la por. El
demà avui és nostre.
Tu i jo agafant l'horitzó.**

Ara i aquí és el moment del
poble.
No serà nostre si no hi som

Aves enjauladas - Rozalén

Cuando salga de esta, iré
corriendo a buscarte
Te diré, con los ojos, lo mu-
cho que te echo de menos
Guardaré en un tarrito to-
dos los abrazos, los besos
Para cuando se amarre en
el alma la pena y el miedo

Me pondré ante mi abuela
y de rodillas
Pediré perdón por las veces
que la descuidé
Brindaremos por los que se
fueron sin despedida
Otra vez, otra vez

Pero, mientras los pájaros
rondan las casas nido
Una primavera radiante
avanza con sigilo
He zurcido mis telitas rotas
con aguja e hilo
Me he mirado, valorado, he
vivido

**Somos aves enjauladas
Con tantas ganas de volar
Que olvidamos que en este
remanso
También se ve la vida pasar**

**Cuando se quemen las
jaulas
Y vuelva a levantarse el
telón
Recuerda siempre la lección**

FICHA ALUMNADO 19

totes.
És part de tu, també és part
de mi.
Viure vol dir prendre partit.

No tenim a les mans els
problemes del món.
No hi tenim totes les solu-
cions.
Però venim amb coratge i
amb somnis gegants.
I pels problemes del món
tenim les nostres mans.

Res per nosaltres; per a
totes, tot.
A la por i al racisme, ca-
lar-hi foc.
Qui treballa la terra se la
mereix.
El poble mana, el govern
obeeix.

Nuestras manos seran nues-
tro capital.
Quien mueva el engranaje
debe decidir.
Crear, construir consciencia
popular.
Eterna divisa que nos guía;
vivir llibres o morir.

**Gent de mar, de rius i de
muntanyes.
Ho tindrem tot i es parlarà
de vida.
Gent de mar, de rius i de
muntanyes.
Ho tindrem tot i es parlarà
de vida.**

Y este será un mundo mejor

Quando salga de esta, iré
corriendo a aplaudirte
Sonreiré, le daré las gracias
a quien me cuide
Ya nadie se atreverá a bur-
lar lo importante
La calidad de la sanidad
será intocable

No me enfadaré tanto con
el que dispara odio
Es momento de que importe
igual lo ajeno y lo propio
Contagiar mis ganas de
vivir y toda mi alegría
Construir, construir

Pero, mientras el cielo y la
tierra gozan de un respiro
Reconquistan los animal-
itos rincones perdidos
He bebido sola, lentamen-
te, una copa de vino
He volado con un libro, he
vivido

Somos aves enjauladas
**Con tantas ganas de volar
Que olvidamos que en este
remanso
También se ve la vida pasar**

**Quando se quemen las
jaulas
Y vuelva a levantarse el**

FICHA ALUMNADO 19

**Anem lluny, serem molts
empenyent endavant.
Qui sembra rebel·lia, recull
la llibertat.
Que no ens guanyi la por.
El demà avui és nostre.
Tu i jo agafant l'horitzó.**

Serem llum, serem molts
empenyent endavant.
Som futur i alegria seguint
el pas dels anys.
Que no ens guanyi la por.
El demà avui és nostre.
Tu i jo agafant l'horitzó.

Gent de mar, de rius i de
muntanyes.
Ho tindrem tot i es parlarà
de vida.
Gent de mar, de rius i de
muntanyes.
Ho tindrem tot i es parlarà
de vida.

Altres opcions

La terra per sembra, Per un
Pirineu viu

I tu sols tu, El diluvi

Nina de Miraguano, Or-
chestra Fireluce amb Pau
Riba

El son de la chama, Als de
Dalt

**telón
Recuerda siempre la lección
Y este será un mundo
mejor**

Quando salga de esta, iré
corriendo a abrazarte

Otras opciones

A contracorriente, Álvaro
Soler y David Bisbal

*Yo vengo a ofrecer mi cora-
zón*, Fito Páez

Latinoamérica, Calle 13

A NINGÚN HOMBRE
(Cap.11: Poder), Rosalía

FICHA ALUMNADO 19

Más recursos...

Some options in **English**

Imagine, John Lennon

People have the power,
Patti Smith

Where is the love?, Black
Eyed Peas

What About Us, P!NK

Quelques options en **Français**

Santé, Stromae

Dodo, Stromae

Je veux, ZAZ

Debout les femmes, 39
Femmes

The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large orange rounded rectangle in the top right; a yellow triangle on the left side; a yellow circle on the right side; a blue circle at the bottom; and a blue triangle at the top right. A thin white vertical line is positioned to the left of the text.

Sesión 12

Lo que de verdad importa

SESIÓN 12: Lo que de verdad importa

Diagnóstico final

Objetivos:

- Expresar sus pensamientos y gustos con respeto y responsabilidad (Buenas prácticas).
- Reflexionar sobre los contenidos y actuar en consonancia con lo aprendido (MIL).
- Evaluar datos, información y contenidos digitales (Digcomp).

Duración: 50 minutos

Edad: 12-16 años

ACTIVIDAD

1. Esta última sesión consta de una única actividad a la que se dedicarán los 50 minutos.

Cuando llegue al aula, el alumnado se encontrará proyectada o escrita en un mural en la pared la siguiente frase:

«LO QUE DE VERDAD IMPORTA EN EL USO DE INTERNET Y LAS REDES SOCIALES»

Se anima al alumnado a hacer pequeños grupos con un objetivo: crear un poster digital donde todos y todas las participantes puedan expresar sus ideas y opiniones, a partir de lo aprendido en las sesiones, en

referencia a esa frase (título). Para ello se distribuirán roles en cada grupo y un portavoz de cada grupo se coordinará con los de otros grupos para establecer, en un boceto, espacios donde cada grupo pueda plasmar su creación, el cual podrá ser una imagen, texto, vídeo, canción etc.

En cada grupo dialogarán y harán primero en papel como borrador lo que deseen expresar y luego lo plasmarán en el póster digital.

Recursos: aula de ordenadores donde poder crear el poster digital.



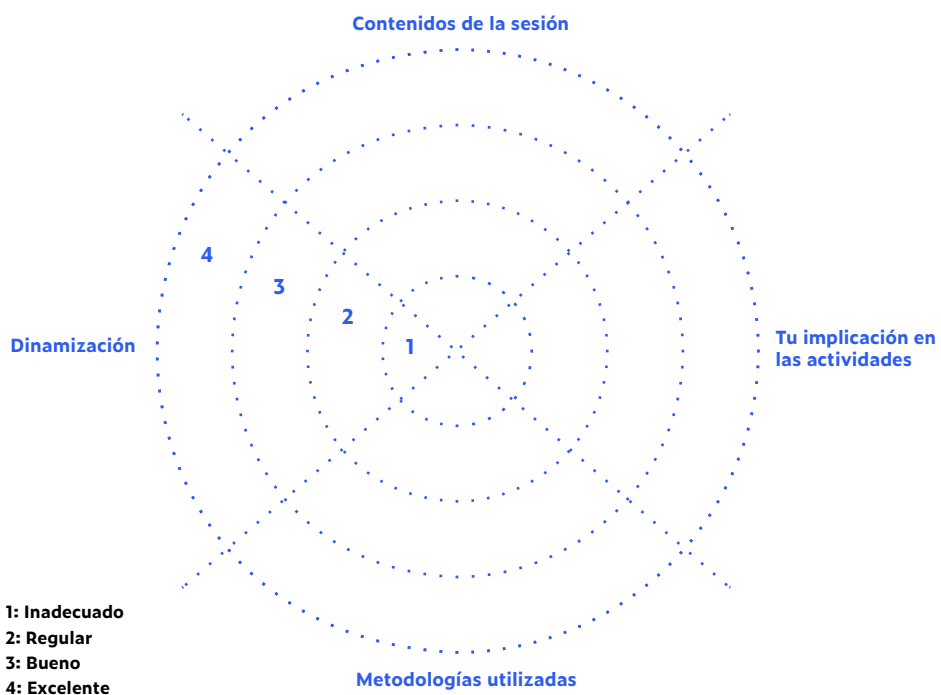
The background is a solid orange color. It features several abstract geometric shapes: a large orange rounded rectangle with a jagged bottom edge in the top right; a yellow triangle on the left side; a yellow circle on the right side; a blue circle at the bottom left; and a blue triangle on the right side. A thin white vertical line is positioned to the left of the word 'Evaluación'.

Evaluación

EVALUACIÓN

Evaluación para cada sesión

1. Marca con un color: ¿cómo evalúas los siguientes aspectos en la sesión?



EVALUACIÓN


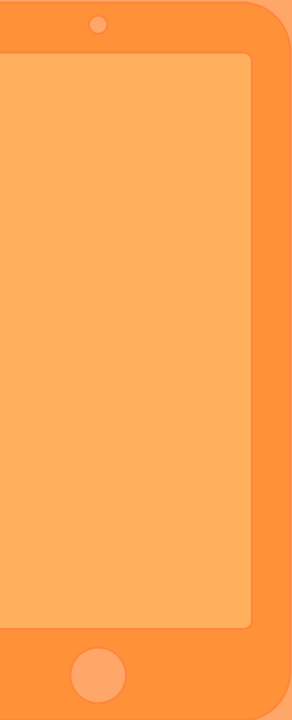

Evaluación para cada sesión

2. Al terminar la sesión piensa y escribe:

Una cosa
interesante que
hayas aprendido

Dos cosas que
quieras comentar
a otras personas

Una cosa que
aplicarás a tu vida



Estas sesiones han sido elaboradas con la ayuda recibida de la convocatoria de Ayudas a los Grupos de Investigación de la Universidad del País Vasco (UPV/EHU) (Ref. GIU 20/053), de la Agencia Estatal de Investigación (MINECOG20/P61 /AEI / 10.13039/501100011033) y la Convocatoria de contratación para la formación de personal investigador en la UPV/EHU (2018).